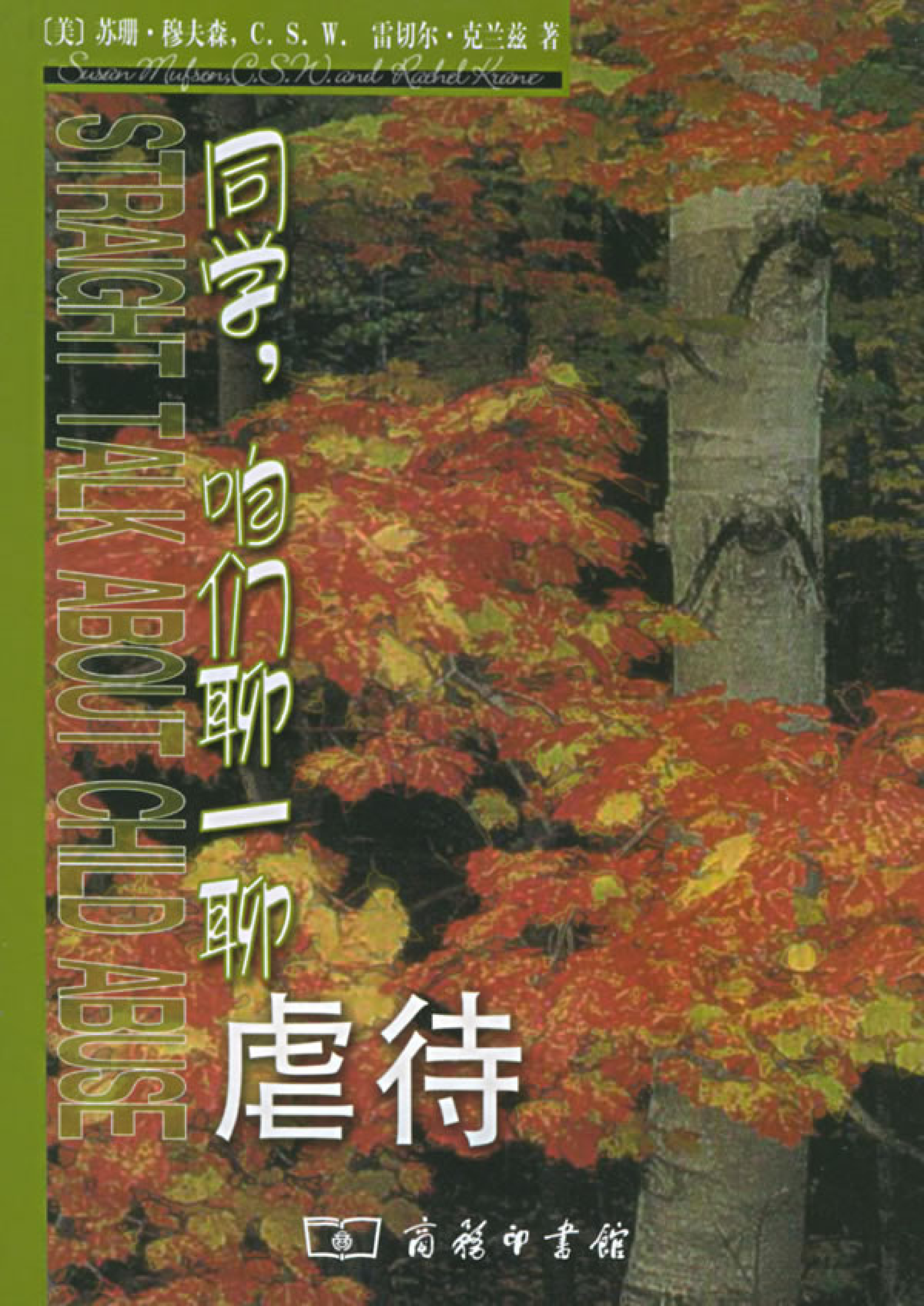

〔美〕苏珊·穆夫森，C. S. W.　雷切尔·克兰兹 著
Susan Mufson, C.S.W. and Rachel Kranz
STRAIGHT TALK ABOUT CHILD ABUSE
同学，咱们聊一聊
虐待
商務印書館

父母、叔叔阿姨、爷爷奶奶以及老师等成年人在孩子的眼中代表着权威和安全，所以孩子信任他们。然而，当成年人亵渎了这种信任时我们该怎么办？有时，父母的“教诲”变成了殴打或谩骂；有时，叔叔阿姨的“亲昵”举动让你觉得别扭；还有的父母对子女百般呵护，却从来不给他们提供自立的机会；有的家长整天忙于自己的事情，长时间地疏于照顾子女；有的子女因为感觉不到家长的关爱，就利用各种机会和场合发泄情绪和怨气……这本书分析了各种比较常见的虐待情况及其给青少年带来的不良影响，包括解释很多人对“虐待”的误解，对身体虐待、情感虐待和性虐待给出了定义，鼓励青少年自助和互助。书中几位美国中学生经历虐待以及最后的解脱，生动地说明了这些问题。

虽然书中描述的是美国的社会现象，但为我们的青少年提供了借鉴——起码在陷入与成年人关系的困境时有所帮助，在遇到“狼外婆”时有备无患。而且，让大家意识到，虐待不仅包括使得孩子感觉痛苦的行为，还包括孩子尚未意识到而在孩子的潜意识中产生很大影响的过分照顾。因为所有的虐待都会使青少年缺少真正的人文关怀，他们受伤的心理状态可能在走入社会时成为取得成功的障碍。

苏珊·穆夫森，C. S. W. 是纽约防止性侵犯特别工作组的成员，同时也是犯罪受害者咨询服务机构的顾问。

雷切尔·克兰兹 是美国青少年问题专家，写了很多有关青少年问题的书。



ISBN 7－100－04324－7 / G·674
定价：8.00 元

同学，咱们聊一聊虐待

〔美〕苏珊·穆夫森，C. S. W.
雷切尔·克兰兹 著
江艺 译

Straight Talk about Child Abuse

Susan Mufson, C. S. W., and Rachel Kranz

商务印书馆
2005年·北京

图书在版编目(CIP)数据

同学,咱们聊一聊虐待/(美)穆夫森、克兰兹著;江艺译. —北京:商务印书馆,2005
(同学,咱们聊一聊)
ISBN 7-100-04324-7

I. 同... II. ①穆... ②克... ③江... III. 虐待—青少年读物 IV. D924.34-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 130719 号

所有权利保留。
未经许可,不得以任何方式使用。

Straight Talk about Child Abuse by
Susan Mufson, C. S. W., and Rachel Kranz ©2004
Published under license from Facts On File, Inc., New York
此书经北京版权代理有限责任公司代理,由 Facts On File 授权。

TÓNGXUÉ, ZÁNMEN LIÁO YĪ LIÁO NÜÈDÀI
同学,咱们聊一聊虐待
〔美〕苏珊·穆夫森,C. S. W.
雷切尔·克兰兹 著
江 艺 译

商 务 印 书 馆 出 版
(北京王府井大街36号 邮政编码 100710)
商 务 印 书 馆 发 行
北 京 瑞 古 冠 中 印 刷 厂 印 刷
ISBN 7-100-04324-7/G·674

2005 年 2 月第 1 版 开本 787×1092 1/32
2005 年 2 月北京第 1 次印刷 印张 4

定价: 8.00 元

序

林崇德

读了写给中学生朋友的“同学，咱们聊一聊”丛书，联想颇多。

早在1983年，我在北京出版社出版过《中学生心理学》。我之所以写这本书，固然因为我是一名心理学工作者，然而，更重要的是，我当过13年的中学教师（自1965年至1978年）。我热爱中学生，也熟悉中学生。处于青春发育期或青少年期的中学生阶段，是人生的黄金阶段之一。青春是美好的，青春期也是人生最宝贵而又丰富多彩的年华。青少年最突出的表现是朝气蓬勃、风华正茂、富有理想、热情奔放，他们释放着聪明才智，身心都在迅速成长。青少年期是一个过渡时期，其首要特点是过渡性，即从幼稚（童年期）向成熟（成人期）过渡，是一个半幼稚、半成熟的时期，是独立性与依赖性错综复杂、充满矛盾的时期。

青少年希望受到人们的重视，把他们看成“大人”，当成社会正式的一员。他们思想比较单纯，很少

有保守思想,敢想、敢说、敢为。但是,在他们的心目中,什么是正确的幸福观、友谊观、英雄观、自由观和价值观,还都是谜。他们的自尊心和自信心在增强,对于别人的评价十分敏感,好斗好胜。然而,他们的思想也具有片面性,容易偏激,容易摇摆。他们的道德感、理智感和美感等高级情感在逐渐成熟。他们很热情,也重感情,但有极大的被动性,情绪情感的两极性明显,激情常常占有相当的地位。他们的意志特征在发展,在克服困难中毅力往往还不够。他们往往把坚定与执拗、勇敢与冒险混为一谈。他们精力充沛,能力也在提高和显露,但性格未最后定型,有时难以找到正确的活动途径。总之,青少年处于人生的十字路口阶段,难怪国际心理学界赋予他们种种"桂冠":"心理断乳期"、"疾风暴雨期"、"反抗期"、"危机期"。所有这一切,亟需教育与培养,亟需学校、家庭和社会三方面的配合,从而使青少年度过人生有意义而动荡的阶段。

商务印书馆十分重视处于青春发育期或青少年期的中学生的教育和培养工作,引进了美国出版的"同学,咱们聊一聊"的中学生读本。我仔细阅读了10册内容,觉得有四点值得充分肯定:

第一,讲究科学性,即上能根据教育目的和教育

任务内容,下能针对学生特点,以便达到应有的效果。这套丛书作者的目的,不是就某个问题给青少年一个简单的答案或道德方面的评价,而是根据中学生读者的特点,通过社会科学和自然科学知识,帮助青少年澄清一些问题,提供一些不同的选择,并引导他们思考,然后作出某种抉择。

第二,强调可读性,即从社会学、生理学、心理学等学术的角度出发,以个案研究的结果,用种种不同的故事,通俗易懂地阐述问题,给出每个问题的当代同龄人的生活背景和生活知识,贴近读者,突出了可读性。

第三,强调实效性,即讲究效果。这里的 10 册书的内容包括中学生每天要接触的社会、学习、生活现实问题:钱、抽烟、家庭、家长、欺侮、死亡、中学生活、学习障碍、青少年赌博、心理障碍,通过实实在在的晓之以理,无形的德育尽力落到学生的观点和行为实处上,以便取得实用的效果。

第四,注意严谨性。这些"同学,咱们聊一聊",毕竟译自美国的作品,中美的文化背景有差异,教育内容有区别,生活方式也不同,所以,商务印书馆编辑倪乐严格把关,取其精华,让中学生更健康地欣赏外国的作品。

我恳切地希望广大中学读者喜欢这套丛书，用自己的审阅能力，消化各种内容，并热忱地为作者、译者和出版者指出不足。

是为序。

中学生:我像一棵树

在中学生活中,我们有比以前任何时候都难的功课,有比以前任何时候都多的问题。正因为这样,我们比以前任何时候都更需要关注和帮助。

有空闲的时候,可能我们会静下来想一想,应该怎样学习,应该怎样面对生活,应该怎样克服各种困难、应对各种麻烦。有那么多的事情摆在我们面前,等着我们处理,我们目前要解决的是每天的功课、作业和各种考试,过些时候我们还要考虑中考、高考和就业。

我们都想有快乐的生活和顺利的学业,都愿意和老师、家长保持良好的关系,和同学、朋友和睦相处。因为,无论是突然之间还是循序渐进,我们都意识到,不能总依靠家长,我们要有自己相对独立的生活,包括约会、参加社会活动和解决学习上、心理上的问题。但是我们离不开家庭的养育,离不开老师教导,况且我们身上总有这样那样的问题,总会惹出各种麻烦

事，需要家长和老师帮助才能解决。

如果有什么人想用一句话概括中学生的形象，或许可以这样回答吧——中学生像一棵树。的确，中学生正处在身体、知识和生活经验的成长积累阶段。在这个重要的过程里，自然会发生很多意料之中和之外的事情，就像一棵树会长出枝杈，这些枝杈有的以后会变粗，有的可能必须被砍掉或被整形。这些枝杈的好坏直接关系到这棵树是否茁壮，是否可以成材。而这些事情中有一些是中学生必须面对的，如培养学习能力，认识和家长的关系，结交新的朋友，建立消费观念，适应身体的发育，面对社会现象和处理各种社会关系……这些在中学阶段生出的枝枝杈杈，就成了忙忙碌碌中学生活的组成部分。

可是中学生们是否想到过，解决这些问题最主要的依靠是什么？

我们通过出版这套"同学，咱们聊一聊"丛书，把我们对中学生的想法告诉大家。每本书名都直接给读者点明一个问题，也就像在一棵树的图画上放大局部的一个枝杈。其实，书里讲的无非集合了成年人的经验和比较科学的道理。同时，每本书里都穿插了一个或几个美国中学生的故事。这些故事无非是告诉

读者,他们对这些问题的态度、分析和解决办法。因为我们知道,解决这些问题离不开自己不断提高的能力和知识,离不开和朋友、家长及老师等人的沟通和他们的帮助,而所有的这些无不体现着对自己、对别人的尊重和爱护。这就是我们人类特有的情感和理念,它叫"人文关怀"。在人文关怀的文化中,每个中学生是都能够成材的。

我们还要告诉大家的是,这套丛书的翻译工作得到了福建师范大学外国语学院的大力协助。

商务印书馆编辑部

2004 年 12 月

目　录

1

一个无所不在的问题

什么是虐待?

大人是可以信任的,这是青少年经常受到的教育。他们所听到的都是些“爸爸总是对的”,“有什么问题就找家人帮忙”,“要听老师的话”之类的话。要是他们胆敢怀疑大人,特别是家人的行为,也许得到的回应就是:还不成熟,或者“不诚实”。

诚然,一般人认为,青少年应该信任成年人。大多数青少年得靠家人提供衣食住行,给予教导和帮助。老师和其他长辈将帮助青少年学习和成长。他们的职责就是了解青少年的需求并帮助他们掌握必要的技能。

可是,当大人们没有履行他们的职责时该怎么办?当家长、老师、亲戚或者父母的朋友不是帮助孩

子,而是伤害他们时该怎么办?有时候父亲的"教诲"演变成了殴打,母亲的"善诱"竟成了一连串的谩骂,这又该怎么办?有时候父母的朋友的拥抱让孩子觉得不舒服甚至有些别扭了,有时候亲戚强迫孩子进行了性接触却责怪是孩子自己黏上来的,那又该怎么办?

诸如此类的行为即被称为虐待行为。关于虐待的定义众说不一,不过下面这些说法大家都能认可:如果成年人或者处于强势地位的人,比如监护人,利用自己的权力欺侮未成年人,就是虐待。当这种虐待造成了身体伤害时,就被称为身体虐待,也就是殴打。当它采取辱骂的形式,造成了心理伤害,或者挫伤了孩子的自信心时,就被称为心理虐待或情感虐待。当它以强加的性接触形式出现时,就被称为性虐待。

日益增强的意识

许多年以来大多数人都认为,各种形式的虐待是少之又少的了。少数几个昏了头的父母也许会殴打自己的孩子,一些"龌龊的老头"也许会将魔爪伸向小女孩,但是总体而言,大多数孩子还是安全的。

到了 1968 年,C. 亨利·肯普博士和雷·E. 埃尔

费尔博士共同出版了一本名为《被殴打的孩子》的书。书中谈到了肯普博士在科罗拉多总医院诊治患儿时的发现。和前几任医生一样，肯普博士开始怀疑多起看似“意外”的患儿病例。一些骨折和青肿怎么看也不像孩子父母解释的那么一回事。肯普博士开始意识到，这些孩子遭到了殴打。

《被殴打的孩子》出版后，许多人仍然不愿意承认孩子遭到殴打这一严重的现象。20 世纪 90 年代初，根据玛格丽特 · O. 海德的《低声呜咽！未成年人受虐纪实》，人们了解到，美国每年有 2 000 至 5 000 名未成年人被其父母、养父母或监护人殴打致死。每天则有多达 12 名的未成年人遭到重殴造成永久性损伤。

随着公众对这一问题的意识的日益增强，人们也了解到了它的危害性。当然，它所造成的最大危害就是死亡了。可悲的是，年龄很小的孩子，尤其是幼儿，是最可能遭重殴致死的。

青少年比儿童更可能受到殴打。这是因为有数据表明，当孩子年龄增长时，虐待现象也往往随之增多。不过，幸运的是，虽然青少年受到身体虐待的频率更高，但它们的严重程度往往不如儿童。

身体虐待除了造成明显的身体伤痛之外，它对心理所造成的影响可能持续时间更久，危害更大。根据

美国预防虐待未成年人国家委员会的数据，在“屡教不改”的青少年犯人中，大约97%有过被虐待的经历，而有过同样经历的在押犯人占了大约80%。虽然这并不意味着遭受身体虐待的人就必定会沦为犯人，但它的确提醒了我们，身体虐待所造成的影响会有多么严重，多么令人痛心。

单纯的心理虐待，有时也可能产生同样的危害。这种形式的虐待所采取的方式就是伤害孩子的自尊或打击其自信。有些父母老在骂自己的孩子“一无是处”、“蠢东西”、“笨家伙”，或者“不会有出息”，他们实际上就是在进行心理虐待。有些父母给孩子设立了过高的标准。还有些父母希望孩子凡事都能优先考虑父母的要求，这也是在实施心理虐待。这类父母也许有时看上去很慈爱，很有奉献精神，但孩子内心实际感受到的信息却是：不知该怎么做，自己所做的一切永远也无法让父母真正满意。

由于心理虐待没有明确的身体行为可供界定，因此收集这方面的数据要困难得多。海德的《低声呜咽！未成年人受虐纪实》一书中说，每年发生的心理虐待事件估计有近1 000 000起。

尽管心理虐待行为很难进行统计，但我们的确多少了解了它对一个人形成的长期的不良影响，这其中

包括酗酒或吸毒、饮食紊乱、抑郁症，在工作和处理人际关系中面临困难，甚至自杀。

使人们开始正视身体虐待这一社会现象，可谓历时不短。而使全社会开始关注性虐待现象则历时更长了。贯穿20世纪70和80年代，大量关于未成年人性虐待的书籍试图使人们关注这一问题。可是，当《洛杉矶时报》于1985年公布其全国电话调查的结果时，还是让不少人感到了吃惊。

《洛杉矶时报》称，全美居民中的22%——女性中的27%以及男性中的16%——在18岁前曾经遭受过性虐待。如果这组数据准确的话，那就意味着有38 000 000名成年人是从带着性虐待烙印的童年时代走过来的。

如果上述比率保持不变的话，那么性虐待在20世纪90年代初就是：将有超过8 000 000名女孩和5 000 000名男孩在18岁前遭遇性虐待。性虐待的范畴包括成年人故意向未成年人裸露性器官或与性有关的东西，成年人和未成年人长期保持性关系，等等。

《洛杉矶时报》公布的数据也许让许多人感到了吃惊，但是这些数据只不过是一系列调查中的最新结果罢了。以往的调查已经表明，未成年人性虐待现象一直普遍地存在着。早在1948年，一项被称之为“金

西报告”的著名调查就发现，每 4 名妇女中就有一名声称曾经在童年时遭受过某种性虐待。

性虐待的形式多种多样，姑且这么说吧，性虐待指的就是一个成年人和一个 18 岁以下的未成年人，或者一个青少年和一个比自己年龄更小的孩子之间进行的各种形式的性接触，而前者让后者感到不舒服的行为包括窥视、触摸、玩弄、抚摸、拥抱、呵痒、亲吻，或者说下流话。

关于虐待的误解和事实

尽管公众目前对身体、情感以及性虐待的了解比以往更多了，但仍有不少误解。下面这份关于虐待的调查问卷将有助于测试你对这一复杂话题的认识。请在看答案及其解释前完成这些测试。

1. 如果一个人只是在醉了或者精神恍惚的情况下殴打孩子，那么酒精和毒品才是问题的真正所在。只要解决了这一问题，就解决了虐待问题。

2. 一些虐待孩子的父母很爱他们的孩子。

3. 只有同性恋者才会对男孩实施性虐待。

4. 虐待现象很普遍。你几乎可以认定，至少有一个你所认识的人正在遭受某种虐待。

5. 各种类型的虐待孩子的问题只是最近才出现的。

6. 性虐待仅限于陌生人之间。

7. 如果一个孩子喜欢和年长于自己的人进行性接触,就不能算性虐待。

8. 任何形式的体罚都应该认定为身体虐待。

9. 如果一个孩子老是惹麻烦,那么对于父母的打骂,他们也有一部分责任。

10. 即使两个人之间没有实际的身体接触,也可能发生性虐待。

11. 所有的人,无论贫富,无论出身何种家庭,都可能出现性虐待和情感虐待。

12. 实施身体虐待者仅限于文盲。

13. 如果父母老是辱骂或贬低自己的孩子,那么这个孩子一定是做错了什么事。

14. 成年人实施性虐待的惟一原因就是为了获取性愉悦。

15. 如果一个人曾经遭受过身体、情感或性的虐待,那么他的一生就毁了。

答案及解释:

1. 如果一个人只是在醉了或者精神恍惚的情况下殴打孩子,那么酒精和毒品才是问题的真正所在。只要

解决了这一问题，就解决了虐待问题。——错

酒精本身绝不是实施身体虐待的根源，毒品也不是。在酒精或毒品影响下殴打孩子的父母，无论他迷醉时也好，清醒时也罢，都有同样的发火和暴力冲动。酒精和毒品的作用只不过是使他在将冲动付诸行动时更无所顾忌罢了。换句话说，一个人并不因为醉了才打孩子，他醉只是为了更肆无忌惮地殴打孩子。

这样我们可以得出两个结论：第一，如果一个人兼具暴力行为和酗酒或吸毒行为，那么，除非他准备放弃自己的暴力行为，否则他不可能放弃酗酒或吸毒行为。只有对这两种行为同时进行治疗，才可能使他的行为得以纠正。第二，即使一个身体虐待的实施者在酗酒或吸毒方面"改邪归正"了，他仍可能有像从前一样的暴力冲动，不进行治疗的话就很可能继续其暴力行为。

对于性虐待行为来说，也是如此。一些性虐待者只在醉了或者精神恍惚时才实施虐待，这并不表明酒精或毒品是根源。它只不过说明，他们"需要"那种迷醉来做自己想做的事。

2. 一些虐待孩子的父母很爱他们的孩子。——对

让一些青少年感到为难的是，他们一边受到了父母的虐待，一边却发现，父母很爱自己。一些父母对

自己的孩子实施了身体、情感的虐待，也许同时却很爱自己的孩子。尽管他们很爱孩子，却常常不由自主地将自己的怒气、失落感，或其他冲动发泄在孩子身上而造成了伤害。

的确，慈爱的父母也可能像冷酷无情的父母一样，对孩子造成同等程度的身体伤害或情感创伤。虐待者爱一个孩子并不意味着对孩子的伤害更少些，或者说，就能消除虐待的不良影响了。爱一个孩子，也许能使父母下决心接受治疗，以使自己停止对孩子的虐待。

3. 只有同性恋者才会对男孩实施性虐待。——错

已知的对男孩实施过性虐待的人包括女性和非同性恋的男性。同样地，已知的对女孩实施过性虐待的人也包括非同性恋的女性。

4. 虐待现象很普遍。你几乎可以认定，至少有一个你所认识的人正在遭受某种虐待。——对

尽管我们曾经认为很少有虐待孩子的事情，但现在我们已经知道它的普遍性了。然而，由于孩子及其家人往往对身体和性虐待的事情隐而不报，因此你也许并没有意识到它的发生。对于情感虐待来说，你也许很清楚你朋友的父母是怎么对待他的，可是你并不认为那就是虐待。

5. 各种类型的虐待孩子的问题只是最近才出现的。——错

自古以来一直到近代，孩子都被看作是他们父母或其中一方的财产，正如奴隶曾经被看作是他们主人的财产那样。这也就意味着，当时的孩子遭受情感、身体以及性虐待的可能性相当大，同时也极有可能在情感或生活上遭到遗弃。

在离现在更近的18和19世纪的美国，有许多孩子长时间地在矿山、农场和工厂里干活。经常有父母抛弃他们养不起的孩子，从而造成一大群的孩子流浪街头，乞食露宿。父母和雇主有权随心所欲地惩罚孩子，偷盗时被捉住的孩子甚至可能被绞死。到了20世纪初，这类虐待现象有的仍很普遍。同样地，各种类型的性虐待现象也存在着。从当时大量遭到遗弃的孩子来看，也许比今天更甚。由此看来，虐待孩子在我们的时代已经不算是新鲜事了，新鲜的倒是人们开始主张孩子有不受虐待的权利了，而且全社会都在关注这个问题。

6. 性虐待仅限于陌生人之间。——错

实施性虐待可能发生在各种人群中。已知实施过性虐待的人群包括监护人、父母的朋友、继父母、老师、雇主、亲戚，甚至亲生父母。同样地，任何人都可

能成为性虐待的目标。有过被性虐待经历的人中包括 18 岁前各个年龄阶段的未成年人，也无论男女。

7. 如果一个孩子喜欢和年长于自己的人进行性接触，就不能算性虐待。——错

一些孩子也许能从强加于自身的性虐待中获得愉悦。同时他们也许会感到困惑，因为他们知道自己并不主动寻求这种性关系。

然而，即便孩子对性虐待没有表示反对，那可能说明，孩子想要享受他人的关心、拥抱或者其他的爱抚，可他们并不想要性关系。设定与孩子的性界线是成年人的责任，孩子绝不应该为性虐待承担责任，不管他对它的感受如何。

8. 任何形式的体罚都应该认定为身体虐待。——尚无定论

这道测试题没有对或错的答案，因为对此有许多各不相同的观点。一些人认为，不管成年人对小孩使用哪种身体暴力，都算是虐待。他们认为，这种体罚代表了一种不公平，是成年人在利用自身优越的身体力量和地位权力。而且，孩子会从被揍屁股和打耳光中学到可以用暴力来解决争端。

还有些人认为，偶尔揍揍孩子的屁股也没什么坏处，只要它不超过一定的限度。如果父母能够控制好

下手的轻重，而且孩子年龄也够大了，能够分清这种惩戒和“暴力犯罪”的关系，那么也许揍一下屁股不算是虐待，尽管它可能不是最有效的惩戒方式。

然而，不管你对体罚的观点如何，你应该意识到，殴打和身体虐待也许会以正常的惩戒为幌子。

9. 如果一个孩子老是惹麻烦，那么对于父母的打骂，他们也有一部分责任。——错

正如孩子绝不应该为性虐待承担责任一样，他也不应为身体虐待承担责任。无论孩子的行为有多糟糕，都不能成为实施虐待的理由。

可悲的是，受虐待的孩子往往会接收到这样的信息：他们之所以受到虐待是因为自身的原因。如果一个男孩儿把牛奶洒了，父亲给了他一记耳光，或者猛烈摇晃他的身体，或者抓起烤面包器朝他扔来，那么，他会顺理成章地认为，要是他不把牛奶洒了，父亲就不会伤害他了。如果一个女孩儿的母亲告诫她说，只要她回家晚了，就得挨一顿打，而且说到做到了。那么，这个女孩会认为，母亲只不过是在执行“合理的”惩戒。

有时候孩子的表现的确很糟糕。但实际上，他们有时表现不好是故意的，因为他们没有别的办法来获得父母的关注。然而，就算是孩子故意表现不好了，

他也并不想被殴打或虐待。不管孩子表现如何，大人都有责任心平气和地对待他。

10. 即使两个人之间没有实际的身体接触，也可能发生性虐待。——对

性虐待指的就是一个成年人和一个18岁以下的未成年人，或者一个青少年和一个比自己年龄小的孩子进行的各种形式的性接触，并且前者让后者感到不舒服。可以肯定的是，这些性接触行为包括触摸孩子，以及说下流话、窥视或者年龄较大者故意向孩子裸露性器官。孩子和大人都有权对这些强加的行为说不。因为孩子对大人有依赖性，所以他们还有一项特殊的权利，那就是可以要求大人和强势群体不滥用他们的权力。

11. 所有的人，无论贫富，无论出身何种家庭，都可能出现性虐待和情感虐待。——对

长期以来人们都认为，越穷的人越可能实施性虐待。但是，这不是真的。只是穷人更可能引起社会工作者、公众卫生保健人员以及医生的注意。因此他们的问题也更可能在数据中曝光。倒是有钱人更可能避开公众的视线而寻求帮助。因此他们的问题往往更容易隐藏起来。

同样地，多年以来专家们的看法都是，文化程度

越低的人越不可能成为好父母。这同样不是真的。即使一位父/母了解了最新的有关教育孩子的理论,他也仍旧可能不由自主地虐待孩子——也许甚至都还没有意识到这一点。

12. 实施身体虐待者仅限于文盲。——错

教育不能保证你成为好父母,金钱也不能。也许有证据表明,身体虐待在经济困难的家庭中发生率要稍微高些。另一方面,正如我们刚才所了解的那样,或许这些家庭中出现的暴力更容易进入公众的视线。但不管怎么说,即使最终证明了贫穷家庭中的暴力现象会稍微多一些,也不能忽视那些发生在其他收入和文化阶层中的身体虐待现象。

13. 如果父母老是辱骂或贬低自己的孩子,那么这个孩子一定是做错了什么事。——错

在这个方面,情感虐待与身体虐待和性虐待是一致的:孩子绝不应该为此承担责任。父母对孩子实施情感虐待不能以孩子应该受罚为理由。父母之所以对孩子实施情感虐待是因为自身某种内在的需要。

当然,值得注意的是,孩子热爱并依赖自己的父母,试图取悦于他们。如果父母表现出的态度是,自己的孩子愚蠢、笨拙或者"别扭",那么这个孩子也许就迎合着父母的辱骂去做了,以此证明父母所言不

虐。而由此产生的痛苦和恐惧也许要比面对这样的事实更好受些:真正表现糟糕的是父母,而不是孩子。

14. 成年人实施性虐待的惟一原因就是为了获取性愉悦。——错

一些性虐待行为其实与性无关,而与权力有关。有些成年人或者青少年与比自己小得多的孩子发生性行为只是为了从凌驾于对方的权力中获取快感。这种权力的表现形式也许是强迫对方进行性表演,也许是假想对方深爱着自己,愿意为自己付出。对于这些性虐待者来说,他们选择年龄幼小、没有自主权而有依赖性的人发生性行为只是为了玩一种权力游戏,而不是为了建立性关系。

还有些性虐待者的确是把孩子当作了性愉悦的来源。这些人可能觉得自己很无能,没有安全感——原因也许是自己小时候也曾被性虐待过。强烈的无能感使他们感到害怕,只有和孩子待在一起才能让他们觉得踏实。他们所体验到的与孩子的性关系也许兼具性和爱的两种因素。而这可能会让孩子觉得很困惑,因为孩子也许对这种爱持欢迎的态度,却不希望它以性的形式出现。

15. 如果一个人曾经遭受过身体、情感或性的虐待,那么他的一生就毁了。——错

的确,任何虐待都会造成伤害,而且只有当被虐待的人从它的阴影中走出来时,这种危害才能得以消除。但是也别忘了,有些人真的从被虐待的阴影中走出来了,而且过上了正常的成年生活:工作顺心,家庭幸福。

虐待面面观

下面是发生在不同青少年身上的一些故事。这些故事各不相同,但是都有一个共同点:故事中的每一个青少年都受到了虐待或遗弃的影响。这种遗弃可以是生理上的——比如孩子的衣食得不到保障,也可以是情感上的——比如孩子得不到他所需要的爱、关心和教育。

身体虐待和遗弃

14 岁的热纳瓦知道,父母平常总是为她感到骄傲,但是有时候她也会做错事。一次,她把收音机的声音调大了,把父亲从午睡中吵醒了。还有一次,她回家晚了 15 分钟。这些事刚一发生,热纳瓦就知道等待她的将是什么了:父亲用皮带抽她,在她身上留下了大块的条痕,后来变成了疤痕。热纳瓦安慰自己

说，父亲这样做只是想给她一个深刻的教训。可是从这样或那样的渠道中她了解到，她朋友的父母可不是这么对待他们的。尽管她相信父亲的做法是正确的，但她还是尽量不让别人看见那些疤痕。万一有人看见了，她就会编一个故事来搪塞，比如“我从楼梯上摔下来了”，这样就没有人会猜到是她父亲所为了。热纳瓦总是那么腼腆。最近，她发现自己不爱和任何人说话了。

卢今年16岁。当卢和他的两个妹妹尚在襁褓中时，父亲就离家出走了。从卢能记事起，母亲就一直脾气不好。她一生起气来，就像起了一阵暴风骤雨。一次，她把一只仍在咝咝作响的盛满腊肉油的煎锅朝卢的妹妹扔去，他们不得不把妹妹送去急救室。还有一次，她操起一个金属台灯朝卢猛砸。然而一旦一顿暴打过去了，卢的母亲又会哭着请求孩子们的原谅。她会给他们买礼物，给他们一顿特别的犒劳，一边还说着：“你们知道我爱你们，对吗？”卢为自己的母亲感到难过，他觉得自己应该做些什么来帮助她。这样也许她就不会生气，也不会拿他们出气了。平时大部分的时间，卢都待在家里陪母亲。只是一到周末的晚上，他就得出去放松一下。他和一大帮孩子一块儿出

去喝酒，做疯狂的事情，比如“飙车”。

尽管玛丽亚今年只有13岁，但她觉得自己更像是位母亲，她得照顾好自己的弟弟妹妹们。她的母亲染上了毒瘾，是几乎不着家的。即使回家了，也帮不上什么忙。今年的情况要比往年更糟。玛丽亚没有冬衣，惟一那双上学穿的鞋子也满是破洞了。有时候家里惟一能吃的东西就是冷了的粥。玛丽亚觉得自己总是在为怎样弄钱以及怎样照顾好这个家发愁。她恨自己的母亲，一想到她就感到恼火。但是她又觉得，要是她把自己的烦恼说出去的话，就会使母亲陷入麻烦，使全家蒙羞。于是她得继续努力地支撑着这个家。

热纳瓦、卢和玛丽亚都遭遇了某种形式的虐待或遗弃。在热纳瓦的故事中，殴打以合法的惩戒形式作为幌子。热纳瓦安慰自己说，父亲并不想伤害她——他爱她，他只是想给她一个教训。可是她又觉得，不管自己做错了什么，也不应该遭受如此暴虐的殴打。毕竟，没有一个朋友的父亲会像自己的父亲那样对孩子大打出手。

面对内心的冲突，热纳瓦只能假装若无其事。即便是在告诉自己父亲做得对的情况下，她也试图掩盖

父亲打她的事实，甚至自己也当它没发生过。由于热纳瓦老想着不要把父亲打她的事说出去，她变得很怕和别人交谈了。热纳瓦可以对自己说，自己不介意父亲的行为——可是她甚至都没有意识到，父亲的行为正以这样或那样的方式影响着她的生活。

卢和玛丽亚都非常清楚他们和自己的父母之间存在问题。然而不是让父母为他们自己的行为承担责任，卢和玛丽亚反而自己担当了这个责任。卢宁愿相信自己能帮母亲一把。对于他来说，这么做要比接受现实更少些痛苦。而残酷的现实却偏偏是，对于帮助母亲来说，他真的无能为力。于是卢压抑的怒气和怨气以另一种方式得到了发泄，那就是通过他和朋友们不计后果的行为。这样他不仅威胁到了自己，也威胁到了他人的生命——正如他的母亲的行为一样。

玛丽亚也是宁愿相信自己能替大人承担责任。事实上，无论怎么努力，像她这样一个13岁的小女孩是不可能负起这些责任的。她肯定无法挣钱养家，也不可能完全靠自己解决被遗弃的问题。但是因为玛丽亚的母亲已经把所有的责任都甩给了她，所以玛丽亚天真地以为，照顾好一家子是她的职责。不愿承认自己的能力不足，玛丽亚反而觉得，自己“扮演”大人的角色并履行其职责似乎要更容易些。

玛丽亚为自己做出的决定付出了不小的代价。由于她确实无法履行大人的职责，因此她总是感到焦虑和不安。她觉得似乎自己总在经历失败，似乎她在向所有的人证明，她是一个多么没用的人。因为玛丽亚不切实际地对自己提出了过高的期望，所以她认为自己是一个失败的大人，而不是一个出色的 13 岁的小姑娘。

情感虐待和遗弃

杰里 17 岁了，可在许多人眼里，他比实际年龄要小得多。他的衣服都是父母帮他挑选的。他们给他穿扮成的样子，与其说像个高中生，不如说更像个小学生。杰里的父母不允许他做家务，也不让他参加课外活动，因为他们说他“没有承担责任的能力”。他们满口称赞他是个“好孩子”，可又总爱取笑他的粗心和健忘。要是他生起气来了，他们就表现出诧异的样子，说：“我们只是逗你玩的，干吗这么敏感？”

要是你问 16 岁的埃琳娜对自己的家人感觉如何，她一定会告诉你，他们棒极了。她和父母住在一所漂亮的大房子里，家里似乎总有用不完的钱，可以给埃琳娜买任何她想要的东西。尽管父母在晚上业

余时间和家务活方面对她有所要求，但与她大多数朋友的父母相比，他们要宽容得多。埃琳娜的父母总是对她说他们多么爱她，多么为她自豪。然而不知为什么，埃琳娜总觉得少了什么东西，总有什么地方不太对劲。比如，每当她想拥抱一下母亲的时候，母亲总是把她推开，伸直手臂拦着她，说："你是大孩子了。你真漂亮。我太爱你了。"埃琳娜听着这些话，却感觉不到爱——她觉得既然母亲不想拥抱她，那就是母亲不爱她了。这种感受让埃琳娜觉得很愧疚。既然自己的父母在大家的眼里都是好父母，那就一定是自己在某些方面做得不够好了。

塞思今年 13 岁，从他能记事起他就恨自己的父母。他的父亲老说他没用。要是他做对了什么事，父亲就会大笑着说："这一回你觉得自己了不起了吗？"要是他做错了什么事，父亲就会非常生气地说："你为什么一件事也做不好呢？"塞思的母亲似乎正好相反。要是塞思把什么事做好了，她会紧张兮兮地说："别指望每次都能这样。"可当塞思陷入麻烦时，她又会大惊小怪地对塞思说："不管发生什么事，我都永远爱你。"塞思认为自己的父母都是怪人，可又觉得他们也许是对的，自己是没什么了不起的。即使是在感觉良好的

时候,他也不指望那能持续多久。

杰里、埃琳娜和塞思都面临着情感虐待或情感遗弃。他们的父母对待他们的方式,使他们很难在成长的过程中获得自信心和安全感。相反,这些青少年从父母那儿得到的教育却是,他们不具备处理生活中的问题的能力,他们不该相信自己的判断力,他们也许根本就没有快乐的权利。

杰里的父母似乎很关心他,可是他们的行为已经构成了情感虐待。尽管杰里已经接近成年了,可是父母仍然把他当作小孩看待。很自然地,许多青少年都希望父母能在选衣择友、行为方式等方面给他们以更多的自由空间。但杰里的父母却走向了一个错误的极端。他们的言行分明在告诉杰里,他没有成年人的处事能力,他只能寄希望于做一个驯顺的小男孩儿,不管他的实际年龄有多大。在这样的信息引导下,杰里在上大学或者求职阶段将面临极大的困难,因为到那时他得拿出更多的成年人的处事能力。

埃琳娜面临的问题有所不同,我们或许可以称之为情感遗弃。尽管她的父母似乎对她不错,可是他们之间缺少了某种真正的情感链接。由于这个问题没有明显的表象,因此埃琳娜开始怀疑自己的感觉。然

而一个人的感觉总得以某种方式表露出来。埃琳娜试图掩饰自己的感觉:父母对待她的方式有些不对,因此现在她觉得是自己对待父母的方式有问题了。不敢面对现实所造成的代价就是,她背上了沉重的负罪感。

表面上塞思很清楚自己面临的问题。他对自己的父母不满,可以非常具体地指出他们做得不对的地方。然而父母的话对他的影响超过了他所意识到的程度。虽然他说他恨自己的父母,但是在某种程度上他又爱他们,宁愿信任他们。因此他试图在心里告诉自己,他们值得信赖,应该相信他们的话——尽管他嘴上说不。在塞思能够正视自己对父母的复杂情感之前,他很可能会继续相信他们的说法而对自己感觉糟糕。

性虐待

在苏济 8 岁时,她的看护人叫她和他保守"一项特殊的秘密"。他抚摸她的生殖器而让她也触摸他的。他的触摸有时让她感觉良好,有时又让她感到有点厌烦,不过她觉得挺好玩的。她告诉父母自己不喜欢这个看护人,于是他们就把他给辞退了。现在苏济13 岁了,开始和男孩子一块儿出去玩了。她发现每当

有男孩儿试着想要搂她的腰或者握她的手时，她就有一种负罪感而且浑身不自在。她也不明白自己为什么会这样。

卡琳15岁了。她的学业成绩很好，与同学和老师相处不错，还是校拉拉队的一员。她和许多男孩子一块儿出去玩，但从来没玩真的。大家都说卡琳聪明，讨人喜欢，似乎拥有骄人的一切。他们却不曾知道，卡琳从10岁起就一直与继父有性关系了。卡琳觉得自己就像一直在演戏，自己实际上有两种角色——为大家所称道的好女孩以及自己内心所厌恶的坏女孩。她害怕结交男友或者女友，因为她担心他们会发现她的秘密，她会使全家陷入麻烦。

17岁的马克和父母的关系一向不错。可是最近几年，他发现母亲老是找借口进入他的房间，看着他脱衣服。有时候她还请他帮忙，为她扣上乳罩的搭扣或者在没穿内衣的情况下为她系上礼服的扣子。每当这时候，马克的阴茎就会勃起，之后便有一种负罪感。而当他要求有更多的隐私权时，母亲就大笑着说："你身上的东西我还有什么没见过的？"

苏济、卡琳和马克都在不情愿的情况下与自己所熟知和信任的成年人有了性接触。在苏济的案例中，虽然虐待已经终止了，但是它的不良影响还没有结束。苏济也许因为自己曾经与看护人有过性接触而有负罪感。但同时她也知道，在自己那么小的时候，她根本不是真的想和他有什么亲密的接触。这种复杂的心理使她很难判断，她以后到底需要什么样的性生活呢？

卡琳和马克面临的是另一类问题。像所有的孩子一样，他们宁愿相信，自己的家人是最明事理的，是最关心他们的切身利益的。所以，当家人似乎在虐待他们时他们该怎么办？他们怎么才能够相信，自己所爱的人实际上正在虐待他们？

卡琳面对这种情况的做法是，假装什么也没发生。她满足继父的性要求，只是在发生性关系时她尽量把自己想像成另一个人。她为此所付出的代价就是，她觉得自己就像一个不知疲倦的骗子。当她在学校时，她得掩盖自己家庭生活的真实面目。当她和继父在一起时，她得隐藏自己对他们之间关系的愤怒和困惑。当她发现自己有时也很享受所得到的爱和关心时，就更恼火了。卡琳处理自己复杂的情感的办法就是让自己变得冷漠起来。

而马克的对策是,和同校的许多女孩子一块儿出去玩。他需要向自己证明,他不是什么妈咪怀里的小男孩儿,他可以成为一个真正的男子汉,即使他的母亲似乎在通过刺激他的性反应来表明她对他的特权。不过,因为马克并不信任自己的母亲,所以他也并不真正信任那些和他出去玩的女孩子。他认为她们也许想控制他,就像他母亲那样。而且让他感到疑虑的是,她们是喜欢他本人呢,还是仅仅喜欢他的性能力?

对虐待的辨别

正如你所看到的那样,身体、情感以及性的虐待可以有许多不同的形式。但是它们有一个共同点:它们都对涉入其中的未成年人造成了巨大的影响。即使有人会违心地认为虐待实际上没什么大不了的,说"我能忍受",或者"我真的不在乎",但虐待却实实在在地影响着他们对世界和自己的看法。

令人高兴的是,如果一个人认识到了虐待的发生并且采取行动去终止它,那么,要想摆脱它的不良影响进而建立更好的人际关系还是很可能的。有时候,如果虐待者是家庭成员,那么,他自己也可能需要帮助,这样全家人才可能在一个新的起点上走到一起。

即使虐待者不想改变自己，也还是有可能终止虐待的，这时受虐者就得主动离开这个家，或者让虐待者离开。要想摆脱虐待的影响，还可以选择寻求帮助和支持——任何人都没有必要去单独应对。

终止虐待的第一步就是对它进行辨别。要是你怀疑自己正遭受虐待，或者曾经被虐待了，那么就请继续读这本书，后面提供了关于身体、情感以及性虐待的更完整的定义，还有判断你所认识的某个人是否遭受了虐待的办法。

不幸的是，情感虐待比其他两种虐待隐蔽得多，因而使局外人更难辨别和介入。下面是一些常见的迹象，表明可能存在性虐待、身体虐待或者身体遗弃行为。当然，所有这些迹象也可能是其他原因造成的，但是它们可以引导你做进一步的调查。

身体虐待或遗弃

- 衣服脏乱，身体发臭，外表不修边幅。
- 有不明原因的身体伤害，尤其是发生了多次。
- 有烫伤或者青肿，尤其是发生了多次。
- 上学早而离校迟。
- 天热时穿长袖。
- 有暴力行为。

• 有危险行为。
• 谈话中提到殴打。
• 唯唯诺诺,过于顺从。
• 平时沉默寡言,说话遮遮掩掩。
• 老是在寻求帮助和照顾。

性虐待

• 总想有性行为,对象中不乏年龄比自己大许多或小许多者。

• 对性过于回避。对正常的性话题似乎过于害羞或拘谨。这类活动包括上体育课时和面对同性的同学脱衣服时。

• 行为方式的突然改变:变得沉默寡言,对以前的爱好失去兴趣,无法集中注意力,个性或者人际关系发生了变化,成绩下滑。

• 突然不喜欢某一个人、某一种活动或者某一个场所了。不愿去某个地方或者不愿做原本习惯或喜欢的事。

最后两种迹象表明,某种虐待行为是最近才发生的,因而造成了受虐者行为方式的突然改变。受虐者也许正在为这种行为感到自责,或者也许由于自己无力终止虐待而突然有了一种无助的感觉。

此外，所有虐待的共同迹象包括：学业成绩很差，有酗酒甚至吸毒问题，有自杀倾向和行为，饮食紊乱（如有嗜食症和肥胖症，贪食—厌食症——吃完食物后又强迫自己把它们呕吐出来，或者厌食症——吃得很少以至于威胁到了健康）。所有虐待的共同迹象还包括：性格孤僻，没有亲密的朋友或玩伴，不愿邀请朋友来家里玩或者谈论父母，有抑郁症，对未来感到绝望。

关于本书

这本书是你的良师益友。也许你自己或者你所认识的某个人正遭受虐待，你想终止它但却不知道该怎么办。也许你正怀疑，自己是否弄错了，是否仅仅在想像一个根本不存在的问题。或者，也许你在确定自己或者别人正遭受虐待之后，想采取行动却吃不准可能会造成的结果。

这本书就是想帮助你回答上述问题，以便你辨认什么是虐待以及采取措施来终止它。第二章的开头将给出关于每一种虐待的更为完整的定义，还将分析什么样的人可能成为虐待者以及他们实施虐待的原因。这一部分还将呈现更为完整的虐待案例，以帮助你认清虐待的面目及其影响。

第二章还将更为详尽地讨论虐待所产生的种种危害，分析其对一个人生活的影响的方方面面及其原因。有时候虐待似乎仅仅影响到了生活的一个方面，那就是和虐待者的关系。但是在几乎所有的案例中，虐待的影响已经波及到了友谊、性关系、学业、就业，以及受虐者对自己的看法。认识虐待所造成的深远影响是很重要的，因为这正是我们必须终止虐待的原因。

第三章将讨论人们之所以不愿通过求助来终止虐待的原因。在这些讨论中你也许会看见自己或别人的影子，其中的资料和信息将有助于你做出抉择。如果你怀疑你所认识的某个人正遭受虐待，我们还将具体地告诉你一些应对措施。

第三章还将讨论终止虐待和帮助受虐者的重要性，不终止虐待所可能产生的后果，以及终止虐待所可能带来的结果。

虐待给人带来的最大痛苦还在于，受虐者往往被要求保守秘密。虐待者也许会采取威胁、欺骗，或者利用受虐者的负罪感等手段来掩盖虐待的事实。因此，说出受虐待的真相可能会是一个令人恐慌、难受，甚至痛苦的过程。它能引起各种各样的复杂的情感体验，这种体验也许比受虐待本身还更让人害怕。

然而，虐待绝不是受虐者的错。每个人都有权不受它的侵扰。采取措施进行自助是你的权利——它能使情况向好的方向发展。把这本书当作你的良师益友，去获得你应该得到的帮助吧。

2

各种虐待的性质和影响

虐待的定义

要想终止虐待，首先得辨别它。有时候这也许很困难。正常限度内的揍屁股和虐待性的殴打之间有什么界线吗？如何区别你和父母之间痛苦的争吵与事实上的情感虐待？正常的令人愉悦的爱抚与虐待性的触摸和亲吻有什么不同？要是一个人的成长过程始终伴随着某种形式的虐待，那么这也许会被看作是正常的。即便你感到其他家庭的做法不一样，你也仅仅是觉得自己家的做法“与众不同”，而不会认为它是虐待性的。

有些人不愿承认虐待的客观存在，这其中有诸多的原因。我们将在后面对此作进一步的探讨。至于现在，让我们姑且这么说吧。你可能很爱一个人，但同时你却不得不承认，他在虐待你。这种认识也许让

人很痛苦，但是回避事实会让人更痛苦。有的施虐者同时仍然爱着受虐者。能认识到这些也是有益的。

也许在你读到下面的定义时，会感到一种解脱，或者觉得激动。你也许会感觉到，终于弄明白了发生的一些事，而且看到其实不只有你在关注这些事。

或许你的感受是焦虑或者愤怒。也许那是因为在这些定义中你发现了似曾相识的东西。如果你有这些感受，记住它们。看看是否还能读下去，去了解你这些感受的原因。注意你的感受。要是你实在读不下去了，你可以暂时停下来，等第二天接着读。但是请一定回来接着读，即使每一次只能读那么一小段。

身体虐待和遗弃

美国国会在 1988 年颁布的“家政服务法”中对各种虐待进行了解释，这有助于我们对身体虐待和遗弃的理解。下面是其中关于身体虐待和遗弃的解释：“对不满 18 周岁的未成年人在身体方面的……伤害……(或者)疏于照顾或者虐待，而这一切均出自一个本应为其幸福尽责的人，种种情况表明，孩子的健康或幸福由此受到了损害或者威胁。”

这些解释到底意味着什么呢?它意味着,任何针对身体的行动或者疏忽大意,只要它对不满18周岁的孩子的健康或者幸福造成了损害,就应当被认定为身体虐待或遗弃——顺便提醒一句,它还是违法的。换句话说,你有权向你的父母、继父母、养父母、监护人、老师以及其他成年人提出,他们应该尊重你的健康和幸福,而不应该利用他们的权力和强势地位伤害你。

有了关键词"健康和幸福",我们就有了对身体虐待进行定义的切入点。如果一位父母隔着厚厚的尿布和衣服对刚刚学步的孩子打了几下屁股,这会对孩子的健康和幸福造成损害吗?也许不会——尽管孩子也许不太喜欢这样。可是,要是一位父母对刚刚学步的孩子裸露的屁股狠下重手,留下了青肿,那就损害到孩子的健康了。青肿——以及对孩子幸福的伤害,这些都是由成年人可怕而又令人痛苦的惩罚所一手造成的。

再举个例子,要是你想让你的父母给你买今年最流行的服饰,可他们却说买不起,这也许不太让人高兴,但不应该算作身体遗弃。因为你的健康和幸福并没有受到威胁。然而,要是你的父母不给你买冬衣,而让你在寒冷的冬日里只穿件单衣,或者你是男孩却

偏偏硬要你穿女孩的衣服，那就属于身体遗弃了。因为他们的行为使你的健康和幸福受到了威胁。

下面是身体虐待和遗弃的一些常见形式。

身体虐待

· 任何造成了疤痕、青肿或者骨折的身体接触。

· 用拳头、器具或者物件，比如灯具、拨火棍、很重的煎锅或者弹簧绳殴打。或者可能使用开关、棍子、皮带进行殴打，特别是留下了伤痕或者大块的青肿。

· 烫伤，比如用沸水、碱液或者热油造成孩子受伤。

· 猛烈地摇晃，特别是对小孩。

· 扼喉咙或者掐脖子。

· 把孩子推下楼梯，把孩子往墙上或家具上撞，把孩子打倒在地。

· 强迫孩子站立或坐在一个不舒服的位置上或者在一个令人害怕的地方，比如黑暗的储藏室或者一个被反锁的小房间里。

· 把孩子绑起来。

· 不让吃，不让睡，以示惩罚；强迫孩子经历肉体上的折磨以示惩罚，比如让他在寒冷中长途跋涉，故

意设置肮脏或者危险的工作让他去做等等。

以上所描述的行为有些是以惩戒的名义施加在孩子身上的。有些似乎只是父母生气时的冲动行为,或者也许只是出现在父母酗酒或吸毒之后。但不管受到什么刺激,不管当时虐待者的状况如何,这些行为都属于虐待。

有时候孩子很难接受父母虐待他们的事实。他们宁愿相信,父母的行为有他们正当的理由。要是成年人以惩戒为借口虐待他们,他们也许会在心里为成年人的行为辩护。“的确,”这个孩子也许会想,“这种惩戒很伤人,可毕竟是我粗心在先。这是我第三次超过规定时间晚回家,让妈妈担心了。我想我能理解她的行为。”

成年人没有任何理由伤害他所看护的未成年人,认清这一点非常重要。未成年人的健康和幸福绝不应该受到威胁。也许孩子没做错任何事,父母却编造理由惩罚他,因为他们自身有虐待的需求。也许孩子做错的只是一件小事,比如把一杯牛奶洒在一块好看的桌布上了,但他绝不应该受到严厉的惩罚。甚至也许孩子犯了严重的错误,比如通宵未归,这也许值得严厉惩戒——但绝不是虐待性的惩罚。

同样地,对于父母的“冲动行为”所产生的虐待,

未成年人会尝试着去理解。“爸爸累了,”孩子也许会想,“他整夜都在干那脏活。我把他吵醒了,也难怪他生那么大的气。”爸爸的怒气可以得到解释,但却不能成为他虐待的理由。发泄怒火用不着虐待——用不着威胁你孩子的健康或幸福。

身体遗弃

下面是身体遗弃的一些例子。需要重申的是,无论父母为这些行为找出了多么正当的理由,它们都属于遗弃。

• 对孩子的食宿照顾不周。当然,要是父母本身以及全家的食宿都无法保障了,那么这就不是虐待孩子而是贫穷的问题了。另当别论。

• 没有为孩子提供适合于他的年龄和性别以及适合于天气状况和周围环境的衣物。

• 既没有亲自监护孩子,又没有委托其他有能力者代为监护。

• 要求大一点的孩子或青少年长时间地(经常是每天超过两三个小时)做家务活。

身体遗弃的根源往往在于贫穷问题,或者在于酗酒吸毒问题——或者兼而有之。比如,如果一位单身母亲要去接受求职面试却请不起保姆,那么她也许只

能把年幼的孩子一个人留在家中了。甚至这位母亲本人也清楚，这对孩子是危险的——可是她别无选择。

说到对十几岁的青少年的身体遗弃问题，情况就更复杂了。青少年的确不小了，是可以让他们承担一些大人的责任了——但是他们还未成年，不应该被看作发育完全的成年人。可以让青少年做兼职工作，或者干一些家务活，只要合情合理，力所能及。但是，青少年不应该成为家庭经济的顶梁柱或者成为主要劳动力。不管这是出于不得已，还是由于父母的不负责任，事实都是：这个青少年所承担的责任超过了他的负荷能力。无论父母的遗弃行为出自何种原因，这个青少年都需要并且应该得到帮助。

情感虐待和遗弃

这种虐待和遗弃也许是最难以辨别的，尽管它最终所造成的危害不亚于其他类型的虐待——除了致死以外。身体和性虐待都是违法的，医疗和社会服务机构，甚至警察都会对它们有所反应。情感虐待的隐藏要深得多，而且它还不违法。但是，受到情感虐待的青少年还是可能自助或者求助的。要是下面的讨

论能激起你的共鸣，就请继续读下去。请特别看一看第三章，在那里我们将探讨一些有效的途径，能让碰到这类虐待的人获得他们需要和应该得到的帮助。

情感虐待

为了给情感虐待的讨论寻找一个切入点，让我们再次回到家政服务法的定义，看看其中与之相关的部分："对不满 18 周岁的未成年人在情感方面的（任何）伤害……疏于照顾或者虐待，而这一切均出自一个本应为其幸福尽责的人，种种情况表明，孩子的健康或幸福由此受到了损害或者威胁。"

这个定义意味着什么呢？它意味着，法的制定者认为，情感伤害所造成的影响不比身体伤害小，尤其是当这种伤害来自于被寄托着孩子幸福的那个人时。

另一个关于情感虐待的定义提到了"孩子在情感上受到打击"。这意味着，尽管孩子的身体安然无恙，他的情感却受到了威胁。有时候这种威胁比身体受到的威胁更伤人，尤其是当威胁者还是孩子所热爱的人、所赖以生存的人时更是如此。

一般而言，情感虐待行为会伤害孩子的自信心。强迫孩子穿不适合于其年龄或性别的衣物是令人感到羞辱的。它也许不会在孩子的身上留下疤痕，但同

样会伤人。同样，如果老是对一个孩子说，他很蠢，很笨，碍手碍脚，让人丢脸，使人别扭，不如别人，或者有缺陷，这也属于情感虐待。

受到如此待遇的孩子在将来面对工作和社会环境时很难有自信心。他们所热爱和依靠的人如此虐待他们，这会使他们觉得，他们不应该得到良好的待遇。他们生命中最重要的人在对他们说他们是愚蠢的，一无是处的，这怎么能让他们找到对其他事情的信心呢？

另一类情感虐待是辱骂、羞辱以及爱的混合体。父母也许这一会儿是辱骂，过一会儿又是褒奖。或许在骂完之后，父母又会自我否定，说："我只是说说而已。"或许父母会不停地发火和辱骂，直到见孩子难受了，他才突然赶紧安慰孩子和道起歉来。

孩子从中得到的感受是，人是不能信任的。一会儿对你表示爱的人过一会儿也许就羞辱你了。更糟糕的是，孩子对自己的判断力产生了怀疑。孩子明明看见父母在发火，在辱骂——可是正当孩子有所反应时，父母却又装着没事的样子，要么说"我只是逗你玩的"，要么突然就充满爱意和歉意起来。

另一类情感虐待中出现的父母往往自己表现得像个孩子，反倒希望自己的孩子充当父母的角色。真

有那么一个小学生从食堂里为母亲偷来了食物，因为她很清楚，只要她放学一着家，母亲的头一句话肯定是“你给我带回来了什么？”这个孩子正遭受着情感虐待：总要求她先为母亲着想，然后才能为自己考虑，就好像她的母亲还是个婴儿似的，需要不停的照顾，而她自己反倒像个成年人。

由于这个孩子不被允许为自己考虑，因此她所感受到的信息就是，她是一个不值得被爱的人。她感受到，她得到爱的先决条件是她先得把另一个人照顾好了。还有些孩子所感受到的信息是，他们的父母不关心他们本人，而只在乎他们取得的成绩。他们也感受到，他们本人是不值得被爱的，他们之所以可爱，只是因为他们为别人带来了好处——自己的好成绩使父母获得了自豪感。

情感虐待在有一个以上的成年人酗酒或吸毒的家庭中尤为常见，他们的酒瘾或者毒瘾使他们无力照顾好孩子。这些家庭中的孩子往往成了“小大人”。与身体虐待或者性虐待不同的是，情感虐待很可能是父母酗酒或者吸毒所直接导致的。

下面是有关情感虐待的另一些例子。

• 贬低孩子的成绩，要么和别人的成绩比，要么说成绩没什么太大的意义，什么“不可能保持”啦，“纯

属偶然”啦。

• 做的是一套，说的又是一套，也被称为“自相矛盾”。这其中包括，一些父母本身或配偶有酗酒或吸毒问题，却偏偏不承认问题的存在。还有些父母声称自己“从来不生气”，有些父母声称自己从不为自己考虑而只为孩子着想，有些父母在一通发火或辱骂之后又做出一些疼爱孩子或者道歉的举动。

• 有些父母对孩子从来就没有满意过，不管他们表露这种不满意的方式如何。

有时候孩子在受到父母的身体虐待之后试图假装什么事也没发生，尽管他们的身体上已留下了疤痕以及其他的痕迹。他们之所以这么做是因为，相比之下，承认事实会让他们感到更痛苦：事实是他们的父母在伤害他们。

如果说即便是身体虐待的事实确凿了，孩子也仍然可能对它加以掩饰的话，那么可以想像得到，要让孩子承认情感虐待的事实会有多难。情感虐待所造成的最大危害之一就是，它使孩子对自己的判断力产生了怀疑。他们本应该相信父母是爱他们的——而父母或许也的确说过，他们爱自己的孩子。可是，这些慈爱的父母的种种行为却很难使孩子在心底里把它们和爱联系在一起。这些孩子到底应该相信谁

呢——是他们自己，还是他们的父母？

在这种情况下，你应该相信自己。这么做也许很难，也许很令人痛苦。甚至也许会给家里带来更大的麻烦。但是每个人有权相信自己，相信自己的判断。

情感遗弃

与情感虐待一样，情感遗弃也是很难定义，很难识别的——但是作为受害者的未成年人能够深切地感受到它。遭到情感遗弃的孩子感受不到爱。尽管他们的父母就在眼前——可不知怎么地，他们“似有似无”。尽管他们的父母给他们很好的礼物，还经常说“我爱你”或者“我为你感到自豪”——可不知怎么地，那些未成年人会觉得这是虚情假意。

有一部美国电影叫《普通人》，影片里有个男孩儿知道他的母亲并不真正关心他。相比之下，她更关心的是维护一个幸福家庭的外表。尽管她说她很爱他，可她并不想听他的真实感受或者花些时间陪他。相反地，她想营造一个一切都很完美的表象，而且要求她的儿子和她一起来维护这个表象。因为她从不做那些所谓“错误”的事情或者说那些所谓“错误”的话，还因为她声称很爱儿子，所以她的儿子很难识别问题的真正所在。他只是觉得有什么地方不对。

和其他形式的虐待一样,受到情感遗弃的孩子往往宁愿自责也不愿责怪父母。他们宁愿相信是自己出了问题,而这个问题要么导致了父母对他们的遗弃,要么使他们自己感受不到父母的爱。或者也许他们会怨恨父母,甚至会对情感遗弃表示不满——可是在内心深处,他们仍然承认是自己出了问题。

对于遭到情感虐待或者曾经在小时候遭到过情感虐待的青少年来说,最大的解脱有时候来自于对自己以及对别人说出真实的感受。有时候只需说出"我知道我的母亲不爱我"或者"我对我的父亲很恼火,他并不在乎我"等寥寥数语就是一种极大的解脱。这种解脱也许会给他带来悲伤和痛苦——但是或许也能使他得到释放,继而去寻求与成年人更令人满意的新的关系。

性虐待

关于其他类型的虐待的讨论我们是围绕着父母与子女的关系展开的。性虐待就有所不同了,因为虐待者有可能是老师、看护人、至亲好友,或者陌生人。

尽管性虐待与身体或者情感虐待有很大的不同,但与它们还是有两点相通之处:虐待者往往希望受虐

者保守秘密，而受虐者也许会认为自己似乎应该为虐待者的行为承担一些责任。一般而言，和一个人的关系越亲密，就越难以接受遭到其伤害的事实，自责似乎要更好受些。

然而，不管一个未成年人做了些什么，都不能成为成年人或者年长些的青少年进行性虐待的托词。即便是一个未成年人请求一个处于强势地位的人与他发生性行为，也不行。

同其他类型的虐待一样，还有一点也很重要，那就是如果某种行为让你有了不舒服的感觉，就应该认定它是性虐待。性虐待不仅仅牵涉到性交行为，它可以是下列行为中的任何一种，只要这种行为发生在一个成年人和一个不满 18 周岁的未成年人之间，或者一个青少年和一个较他年幼者之间。

· 当你正在穿衣或者脱衣、洗澡、使用卫生间，或者做其他一般属于个人隐私的事情时，受到了窥视或者毫不回避的观看。（当然，幼儿一般并不避讳这类行为——只是成年人或者看护人有时候不知道应该适当回避，这不是虐待。）

· 被呵痒、抚摸、拥抱或者玩弄，让你感觉不舒服了。

· 在和别人一起做某件事的过程中，你感觉到了

对方有了性冲动。

· 听见别人对你说下流话或者被要求说下流话。

· 在你不情愿的情况下被告知他人性活动的清楚的细节。

· 受到侵犯性的或强加的亲吻,等等。

· 有人向你暴露生殖器或者身体其他性区域,比如乳房、臀部;或者被要求暴露你身体的性区域。

· 有人触摸了你身体的性区域,或者被要求触摸别人身体的性区域。

· 任何口腔—生殖器之间的接触。

青少年在识别性虐待的过程中经常碰到的一个问题是,有些行为在他们年龄幼小时是适当的,可一旦他们步入了青春期,就可能不再适当了。父亲给3岁的女儿洗澡是很自然的事情,可是如果女儿13岁了,这种行为实际上就侵犯了她的隐私权。一个10岁的男孩也许很喜欢跟姑母玩追逐和呵痒的游戏,同样的呵痒要是发生在14岁的侄子身上却可能引起不舒服的感觉。

要是你的父母,家里的至亲好友对你有这种侵犯性的行为,你也许只是觉得有什么地方不对,却不太清楚它究竟是什么。毕竟,你也已经习惯了和这个人进行亲密的身体接触。而且要是身为成年人的他以

坚定的口吻告诉你，说你真傻，其实没有什么地方不对的，你可能就很难坚持自己的立场，很难坚持自己的真实感受了。很重要的一点是，你必须知道，任何人都无权判断你对某个行为的感受应该舒适与否——只有你自己才能对它做出判断，而且你有权保护自己。

还有一种更难觉察更难识别的性虐待。虽然表面上没有不适当的性接触，但是当家庭里的气氛带有某种暧昧的性色彩，当所有的一切似乎都沾上了性的意义时，性虐待还是发生了。要是你正住在或正拜访这样一个家庭，你也许会觉得有什么地方不对，却无法说清它究竟是什么。或许你会觉得，你出于友情亲吻脸颊的道别被赋予了另一层意义或者激起了对方的性反应，而你确实仅仅是出于友情而并没有任何性的表示。或许你出于友情的拥抱和亲吻被对方推开了，而且你可以感受到对方的厌恶，就好像你是一个有着诱人的性魅力的成年人，而不是一个纯情的孩子。

这种气氛可能让你很迷惘。你很清楚自己做一件事是出于什么感觉，可是不知怎么的，你发现生活中的成年人似乎把它想像成了另一种东西。你应该相信谁呢——是他们还是你自己？要是你有类似的

经历,那么学会相信你自己,相信你自己的感受是很重要的。

虐待与青少年

虐待是一个涉及所有年龄段的孩子的问题,但是它给青少年带来了一些特殊的问题。今天正遭受虐待的青少年中有近一半在孩童时就遭受了虐待。尽管虐待一直伴随着这些青少年的成长,但是他们已不再是原来那些无助的孩童了。他们在身体和智力方面都得到了发展。更重要的是,他们在家庭以外有了更多的支援。不像婴儿和学步的孩子,受到虐待的青少年可能会意识到,并不是每个家庭都会虐待孩子,或者就性虐待来说,并不是每个成年人都实施性虐待。

虽然青少年正逐渐接近成年,但毕竟还不成熟。在大多数情况下,青少年还没有足够的经济能力,无法脱离家庭独立生存。他们没有成年人的法律地位,也没有成年人那么高的可信度。在大多数生活领域中,青少年仍然得受制于成年人的强势地位。因此,尽管青少年也许有了更多采取行动摆脱虐待的愿望,但仍然可能无法单凭自己去终止身体、情感或者性的

虐待。

这就意味着青少年仍然需要寻求成年人的帮助以终止虐待。由于年龄增长并拥有了更多的发言权，青少年在寻求成年人的帮助方面可以得到更多的支持。可是许多青少年也许并不这么看。他们也许会想，既然已经意识到了虐待的发生，他们就应该可以凭自己的能力终止它。因此当他们无法做到时，他们又会有一种负罪和自责的感觉。青少年也许很难接受这样一个事实，那就是为了终止虐待，他们仍然需要成年人的帮助。

在有些情况下，青少年成功地靠自己终止了身体或性的虐待。一些身体强壮的青少年也许让父母不敢打他了。有些青少年向性虐待者发出了警告，说自己将会“说出真相”，或者已经得到支持敢于说“不”了，他们也许能够终止这种虐待关系。还有些性虐待者在受虐者进入青春期时就自动终止了施虐。

然而，即便是虐待行为本身终止了，它的影响却没有结束。性虐待的影响是非常深远和极具威力的。虐待行为本身的终止是远远不够的。不管是身体、情感还是性的虐待，受害者都还得从对它们的感受中走出来。如果对这些感受不闻不问或者包着藏着，那么几乎可以肯定，它们还将影响受害者的生活。

对于进入青春期,即在13周岁之后才首次遭受了某种虐待的青少年来说,他们的情况又如何呢?在孩子长大后才开始的虐待行为源于孩子青春期的变化。比如,身体长壮了的青少年会使一些父母从原先"普通的"体罚升级到暴力:一个10岁的孩子只需揍揍屁股就可以驯服了,而制服一个青少年只能靠更严厉的殴打。

引起虐待的另一个青春期因素在于,十几岁的年龄正是一个爱提问题、挑战权威、寻求更大独立性的时期。希望保持对孩子的控制力的父母会感觉受到了威胁。他们会利用身体或情感虐待来"管教"孩子,而孩子也懂得了顶嘴、争辩,以及用其他家庭的做法来作为论据以进行反抗。

一些性虐待者直到孩子进入青春期了才对其实施虐待。他们把青少年的性发育看作是一种诱惑,以此为自己的虐待行为寻找理由。

当然,这是一种扭曲的思想。所有人在进入十几岁时都会经历性发育阶段:这不是所谓的"诱惑",而是生命的自然发展。但是正试图理解性感受的青少年也许会因为某个人这类的话而感到迷惘:"我知道你想要的。"或者,"你的行为证明了你想要它——现在为什么又要改变你的主意呢?"要是说这种话的成

年人有足够的权威，那么这个青少年很可能会怀疑自己的感受，进而认为，那个成年人对所发生的一切的确有着更准确的理解。要是这个青少年已经学会了服从自己的长辈或者相信大人总是对的，那么这一切就更可能发生了。

最后，正如我们所看到的那样，许多受虐待的孩子开始相信，他们似乎应该为自己的父母尽责。许多实施虐待的父母自己表现得像个孩子似的，却要求自己的孩子充当成年人的角色。当孩子进入青少年时期后，他们的确有了更多成年人的能力，这就使得他们天真地以为，他们的确可以充当成年人的角色了。因此拒绝父母的要求反倒使他们感到愧疚或者迷惘了。如果一个十几岁的男孩被告知，他是“家里的男子汉”，或者一个十几岁的女孩被告知，她是“我们的小家庭主妇”，那么他们就更难说出“我还处于成长阶段呢”这样的话了。青少年的确很接近于成年了，这一事实也许会掩盖另一个事实，那就是毕竟他们还没有做好准备，还无法承担大人的责任，还需要大人的帮助和指导。

即使一些青少年有能力照顾自己了，你也不能以此为由要求他们必须照顾自己的父母，或者接受父母的身体虐待或者情感虐待。

权力和虐待：谁可能成为虐待者？

虐待孩子是一个痛苦的话题。有时候为了减少它带来的痛苦，人们有意淡化这一问题。其方法之一就是认为只有“某些类型”的人才可能成为虐待者。这所谓的“某些类型”几乎总是指那些“其他”的人——陌生人，恶人——“肯定不是我们认识的人”！

而事实却是，虐待孩子的人可能来自任何一个社会群体。他们可以是任何种族、任何年龄的；他们可以来自都市、城镇、农村以及郊区；他们的文化程度和收入水平可以各不相同。他们中有男有女，而且不一定只虐待异性。虐待孩子是一个无所不在的问题，没有任何一个群体有天生的豁免权。

另一个事实是，我们很难在虐待孩子的人和“我们其他人”之间划出一条明显的界线。每个人都可能扮演虐待者的角色。事实上，美国的一项评估认为，大约90%的父母在他们的一生中至少有过一次身体或者情感虐待行为。

如果真有这么多人有虐待行为，那么是否意味着受虐者应该“坦然地”接受虐待而不抱怨呢？当然不是。因为任何人都可能成为虐待者并不意味着所有

人都是虐待者。一个孩子在他的一生中所受到的一两次的虐待也许是严重的，这得视情况而定。可是如果一个孩子经常受到虐待的话，那问题就一定是很严重的了。

父母不可能尽善尽美，但是他们有责任做到不损害孩子的健康和幸福。虐待孩子的父母需要帮助以终止自己的虐待行为，而遭到虐待的孩子可以要求马上终止虐待。

为了减少虐待孩子的话题所带来的痛苦，人们有时候会尝试另一种方法，那就是把虐待行为说成是别的东西。他们会说，身体虐待实际上是“惩戒”，情感虐待只不过是“批评”，而性虐待实际上只是一种爱意的表达。

把虐待说成了这副样子，听起来就好像虐待者是为了满足孩子对爱和指导的需求似的。但事实是，虐待行为并非出于满足孩子的需求。虐待的动机有很多种——成年人被压抑的怒火和挫败感需要释放，父母需要把对自己的消极感受转移到孩子身上，成年人或者青少年渴望得到情和爱。然而，不管动机是什么，这种行为已经构成了虐待，因为它是出于虐待者本身的需求，而不是孩子的需求——还因为它利用了虐待者对孩子的统治权力。

父母在对孩子进行殴打、严厉斥责或者性虐待的时候，也许认为他们这么做是为了孩子好。孩子也许也真的需要某种惩戒、批评。但是虐待的真正动机来自成年人，而不是孩子的需求。实施虐待的成年人利用了孩子对他们的依赖。这不是爱，也不是惩戒或者帮助——这是在滥用权力。

为什么虐待者要实施虐待？

如果说虐待孩子的人不一定是恶人的话，那么他们为什么要实施虐待呢？如果说我们相信他们当中至少有一些人是爱他们所虐待的孩子的话，那么我们该如何理解他们的行为呢？

对这些问题没有一个惟一的答案，但是下面这些解释有助于我们理解这些问题。首先，有些虐待者也许就是不懂该怎么做才对。有些父母，他们不能清醒地认识到，一个婴儿会多么容易受到伤害，或者他们要比自己的孩子强壮得多。他们没有意识到，把幼小的孩子单独留在家里会有多危险，或者自己外出时把他们绑在床上以“保护”他们会给孩子造成多大的伤害。这些父母需要接受教育和帮助以改变行为方式。

对于其他一些有虐待行为的父母来说，问题就没

那么简单了。许多虐待孩子的人本身也曾在小时候受过虐待。如果他们在未成年时遭到过身体、情感或者性虐待，或者如果他们是看着别人受虐待长大的，那么他们长大成人后就可能模仿这种虐待行为。

这类人当中有些根本没想到还有别的行为方式对待孩子。他们也许会认为，殴打孩子或者严厉斥责孩子以发泄怒火是正常行为。他们也许会认为，性虐待行为也是正常的，因为他们自己就是在这种环境中长大的。有时候这些父母在效仿他们自己的父母："他揍了我，所以我现在揍你——是该轮到我的时候了。"有时候孩子让父母想起了虐待过自己的人或者让他们恼怒的人，比如离家出走的丈夫。这些父母也许还没有意识到，他们把对别人的情绪发泄到了无辜的孩子身上。

对于许多在未成年时受过虐待的父母来说，他们虐待自己孩子的理由就是要证明，父母的做法是对的。他们通过效仿自己的父母虐待自己的孩子来证明这一点。你应该还记得，许多孩子宁愿欺骗自己，认为自己似乎应该为虐待行为承担责任，或者自己的父母是出于爱才那么做的，而不愿让父母为虐待行为承担责任。当这些孩子长大成人后，他们仍不愿承认自己父母的行为构成了虐待。于是他们继续着自己

父母的行为，因为在他们看来，他们的父母是出于爱才那么做的。

此外，未成年时受过虐待的人一般会随着年龄的增长而感到很无助。毕竟，他们赖以生存的成年人并不是那么可靠，相反地，还虐待了他们。当这些孩子长大成人后，他们仍然保留着那种无助的、受到某个生气的、有权力的人的虐待的感觉。在这种思维定势之下，他们往往把幼儿或者青少年想像成了一个"有权力的"人。

当然，父母实际上总是比孩子更有权力的。可是在他们的思维定势中，这些父母觉得自己更像个孩子，而正在哭闹的婴儿或者正在争辩的十几岁的孩子反倒似乎拥有了一个生气的父母所有的权力。因此这些父母觉得有理由采取任何行动来使这个看似有权力的人"循规蹈矩"。

无论他们多么爱自己的父母，对于受过虐待的孩子来说，与爱交织在一起的，很可能还有愤怒和怨恨。而在这些孩子长大成人之后，他们也许仍在为自己曾经受到过的虐待感到愤愤不平。他们也许仍然盼望着会有人出现在他们面前，像慈父慈母般地对待他们，而不是虐待他们。他们甚至把对这种爱的期望寄托在了孩子身上。可是孩子不可能变成慈父慈母。

于是这些父母把对自己父母的所有积怨就发泄到了孩子身上,尽管孩子是无辜的。

有些父母一心希望能从孩子那儿得到关爱,当他们发现连小宝宝也有自己的需求时,就会变得非常失望。一位抛弃了自己孩子的年轻妈妈后来说:“我原以为终于有人爱我了,可是宝宝却总在哭——他也不爱我。”说实在的,宝宝哭是因为他饿了或者疲倦了或者想要别的什么东西。可是这位妈妈光看到了自己对爱的需求,因而不能理解宝宝的行为,最终导致了虐待。

这种虐待模式同样发生在有情感虐待行为的父母身上。尽管这些父母并没有殴打孩子,却可能对孩子提出了不合理的要求。由于这些父母在未成年时感受不到爱,因此希望能从孩子那儿得到爱的补偿。可是孩子不可能填补父母的失望。于是父母和孩子双方都不断地感到失望,受到伤害。父母还不断地把他们失望的情绪发泄到孩子身上,提出不合理的要求或者发出不公正的批评。

有时候有情感虐待行为的父母,因为自己小时候的需求没有得到满足,就会有意无意间地反对别人得到他们自己曾经得不到的东西。他们也许根本不知道如何给予情感上的支持,因为他们自己就从来没有

得到过。他们也许自己感受不到爱,因而想不出该如何爱自己的孩子。或者也许他们爱自己的孩子,却无法给孩子提供一种安全感、自尊感或者其他的品质,因为在他们自己的童年里找不到这些东西。

性虐待者往往在自己未成年时遭受过性虐待。同样地,他们也可能在为这段经历寻找补偿。通过模仿别人的虐待行为,他们想要向自己证明,那些虐待过他们的成年人“并不是那么坏”。

有些性虐待者会觉得没有人爱自己或者关心自己。他们会觉得自己的同龄人都不喜欢自己或者不够爱自己。一想到无法控制这些同龄人,一想到不能保证所爱的人会以他们希望的方式来爱自己,他们就觉得害怕。这种人会觉得,在他们和孩子的性关系中,他们终于找到了一个爱自己的人——同时也是一个他们可以控制的人。因为孩子得依靠成年人,因为未成年人知道的东西以及拥有的权力比成年人小,所以在虐待者看来,控制一个比自己年龄小的人要比控制一个同龄人容易得多。总之,和一个比自己年龄小的人在一起使性虐待者更有安全感。

这类虐待者也许会自欺欺人,以为受虐者和自己一样想要这种关系。事实上,他们是在利用自己的权力去获得他们惟恐用其他方式得不到的爱。

另一位家长在干什么?

通常在一个家庭里只有一位家长有虐待行为,而另一位家长并不虐待孩子。那么这另一位家长在干什么呢?如果他们自己不是虐待者,又怎么能容忍虐待行为的发生呢?

同样地,这是一个复杂的问题,找不到一个简单的答案。以身体虐待为例,非虐待型那位家长也许也被正在施暴的家长吓着了或者同时也被虐待了。尤其是当施暴者为男人时,很可能他的妻子和孩子同时受到了威胁。

在这种情况下,这位母亲之所以容忍虐待,可以有多种原因。她也许认为自己应该被殴打,可能那是因为她在未成年时也遭受过虐待。她也许认为总有一天丈夫会终止虐待的,而且他实际上是很爱她的——这种感觉也许正是她小时候面对殴打她的父母时曾有过的。由于小时候无力终止父母对她的虐待,因此她也许还没意识到,作为一个成年人,她已经拥有了比以往更多的权利。她也许还没意识到,就算不能终止虐待,她也可以离开施虐者——这是她在未成年时所无法做到的。

或许这位母亲也想过离开,却对自己独立支撑家庭经济的能力没有把握。她甚至想到——这种想法也许是对的——如果她选择离开,那个男人对她和孩子的伤害会变本加厉。

如果有虐待行为的是母亲,那么父亲一方受到对方身体威胁或者在经济上依赖对方的可能性会小一些。但是他也许仍然觉得无力干预她的行为。同样,如果他从小到大面对的都是一个有虐待行为的母亲,那么他也许仍然背负着儿时那种无助和依赖的感觉。他也许还没意识到,小时候无法干预母亲行为的某种方式,现在能够用来干预妻子的行为了。他也许还没意识到,作为一个成年人,他可以选择离开家,并带上孩子——因为他小时候是根本不可能那么做的。

非虐待型的父母一方,不管是男是女,还可能认为,对方的虐待行为是"正确的"。同样地,这很可能得追溯到他们自己儿时的经历。如果小时候他们就认为父母总是对的,而他们自己什么也不懂,那么长大成人后他们很容易延续这种感觉,认为自己的配偶"总是对的"。

有时候非虐待型的父母一方对孩子所受到的伤害一清二楚,但仍然选择了对自己配偶的忠诚。如果他们不想破坏与自己配偶的关系,就不可能对对方的

行为提出质疑或者坚决要求其终止虐待。

这类父母在虐待行为发生后为了“缓和事态”，可能会安慰孩子，或者教他学会如何避免“使爸爸（或妈妈）生气”。不幸的是，这种做法通常无法终止虐待，因为孩子的行为绝不是虐待产生的真正原因。相反，孩子可能会从非虐待型的家长那里得到这样的信息：或多或少是自己惹了麻烦。孩子会以为，只要他表现得足够“好”，虐待就会终止。尽管非虐待型父母没有殴打孩子，但他们强化了一种错误的信息。

非虐待型父母还可能试图让孩子对其施虐的父母一方感到内疚。他们也许会对孩子说“爸爸也是没办法才这么对你的”或者“你知道虽然妈妈打了你，她还是很爱你的”。

很不幸，这其中也包含着错误的信息。孩子被告知，刚刚殴打或者虐待了他们的人是爱他们的。他们也许会得到这样的信息：爱他们的人同样也会殴打或者虐待他们。他们还可能得到这样的信息：他们应该对虐待他们的父母感到内疚，而不是恼怒。这些孩子没有学会保护自己不受虐待，却得到这样的教导：站在虐待者的立场上并从他们的角度去看待事物。这使得孩子在将来面对来自家庭外部的虐待行为时会不知所措。

这些虐待模式在某种程度上也适用于情感虐待和性虐待。如果一个母亲对孩子骂不绝口，那么孩子的本能反应很可能是发火并让她停下来。可要是父亲发话了："别发火，你知道她骂你的话不是真的。"那么这个孩子又会变得迷惘起来。因为那些骂人的话听起来像是真的，给人的刺痛也一点不假。孩子到底应该如何面对自己受伤的心灵和失控的情感呢？

因此，尽管非虐待型的父母一方并没有直接参与虐待，但可能强化了一种感觉，那就是孩子似乎应该为虐待负责。孩子需要父母给他们提供保护，提供一种对现实的正确看法。虐待所造成的危害之一就是，它使孩子相信，父母不会保护他们，父母不会把现实的真实情况说出来。相反地，父母双方，不管是否参与了虐待，都尽量使孩子相信，孩子自己的感觉不重要，孩子对现实的判断不正确。

就性虐待来说，如果非虐待型的父母一方清楚虐待的事实，那么所产生的情况也大致相同。然而，由于性虐待往往会受到掩盖，因此有可能非施虐的一方并没有意识到孩子遭受了虐待。而孩子也无法确定其是否知情。

如果一个未成年人所遭受的性虐待来自家庭以外，那么很可能父母还不知情。即使在这种情况下，

孩子在做出是否告诉父母的决定时仍然会受到父母平时所传递给他们的信息的影响。如果父母平时就鼓励孩子要相信自己的判断,要维护自己的权益,那么孩子就可能在有更多安全感的前提下,说出实情并向父母求援。当然,一些孩子在受到恫吓,有可能使自己或别人遭到身体伤害的情况下,也许还是不愿说出实情,不管他们与父母的关系有多融洽。如果父母平时给孩子的教育是,无论有什么坏事情发生,似乎多多少少得归咎于孩子本身,那么孩子极可能不向父母求助。孩子的顾虑在于,他们会因为自己受了虐待而被责备。

如果你自己或者你所认识的某个人遭遇了这种情况,我们建议你们去找一个确实值得你们信赖的成年人。几乎可以肯定的是,这个人会把实情告诉你的父母,但至少你有了另一个成年人的支持,至少你向终止虐待迈出了重要的一步。

要是性虐待行为发生在家庭内部又该怎么办呢?那么情况就更为复杂了。在父亲或者继父虐待孩子的情况下,母亲也许不愿破坏夫妻关系,这其中的原因与我们上面的讨论大体一致。因此,尽管母亲可能怀疑另一方有虐待行为,或许还是希望隐瞒事实,甚至装聋作哑。

诚然，有时候非虐待型的父母一方确实不知情。但有时候他们知情了却选择了放任的态度——出于恐惧、不安全感、无助和绝望或者其他的原因。还有些时候，他们甚至故意"视而不见"，自欺欺人。

想要隐瞒事实是许多家庭中一个普遍而复杂的心理状态。母亲会故意忽视虐待的证据。比如，对丈夫出现在孩子的卧室里不闻不问，或者回家时对孩子系歪了的衬衫纽扣装作没看见。毕竟，一个人也的确有可能没有注意到这些情况。

也许母亲看见了她所无法回避的虐待证据。于是她会对自己说"这并不意味着什么"或者她只是在"胡乱猜测"。如果她想要维持与自己丈夫关系的心理占了绝对的优势的话，她会想尽各种办法避免知道实情，要么装聋作哑，要么找理由开脱。

有时候，即使这类母亲最终不得不面对事实时，也仍然不愿结束与虐待者的关系。在这种情况下，她会选择责怪孩子，而不是让虐待者承担责任。这类母亲的做法源于自身的恐惧和需求，她并没有正确地看待现实，为孩子的最大利益着想。

同样地，丈夫在面对孩子的母亲或继母的虐待行为时，也许也不愿结束夫妻关系。他也可能对家里所发生的性虐待行为装聋作哑或者自欺欺人。他也可

能在最终不得不面对事实时责怪受虐者，而不是施虐者。

和许多其他例子一样，非虐待型的家长一方往往错误地建议孩子“离他远一点”或者“别穿那种衬衫”，以缓和事态。他们也许是想帮助孩子，可是孩子得到的信息却是，自己得为虐待行为负责，而不是那个真正有错的人。

不管出于什么动机，父母也许并没有真正尽职尽责地保护孩子的健康和幸福，接受这样一个事实是很困难的。然而，如果这一切是真的，那么从长远看来，面对这一事实会让孩子少些痛苦。向其他值得信赖的成年人求助是终止虐待的重要一步，然后孩子才能从对这段经历的感受中走出来。

虐待孩子和酗酒吸毒

有虐待孩子现象的家庭往往也会有酗酒或吸毒问题。往往父母的一方或双方酗酒或者吸毒，然后在醉了或者精神恍惚的情况下虐待自己的孩子。

许多我们已经讨论过的模式在酗酒或吸毒问题介入后显得更为突出了。比如，有吸毒或酗酒问题的父母可能“需要”孩子照顾他们。由于他们醉了，恍惚

了、难受了或者病倒了,他们可能在身体上无力照顾自己或孩子。在一些双亲家庭里,父母的一方有酗酒或吸毒问题,而另一方得全身心地照顾“有问题的一方”,结果无暇照顾孩子。这使得孩子遭受了身体或情感上的遗弃。

如果酗酒或吸毒者只在精神恍惚时对孩子进行殴打或性虐待,它可能会使孩子相信,父母不必对其行为负责——那只是“酒精的作用”。如果是双亲家庭,其中的一方也许会以酒精作用为由,劝孩子原谅虐待者的行为或者为其感到内疚。孩子此时又处于两难的境地:他们对虐待他们的父母很恼火,可是又不能说出这种感受或者指出问题的真正所在。相反,孩子被要求为虐待自己的父母感到内疚,所付出的代价是否定了自己的真实感受。

正如一些父母让孩子掩盖被虐待的事实那样,一些父母也让孩子掩盖家里的吸毒或酗酒问题。他们不允许孩子说“爸爸醉了”或者“妈妈精神恍惚了”,而让孩子说“爸爸累了”或者“妈妈病了”。在这里,孩子又一次被要求否定自己的判断,只关心父母的需求而不是自己的。

一些父母实施虐待是出于自身的恐惧和需求,而一些父母有吸毒或酗酒问题也是出于同样的道理。

正如有虐待行为的父母可能在未成年时受过虐待那样，吸毒者或酗酒者也可能是看着自己的父母吸毒或酗酒长大的。这也许可以帮助孩子认清，父母的行为是出于自身的问题，而不是由于孩子做错了什么。

然而，还是应该让成年人为自己的行为负责。成年人之所以有虐待行为，不是因为他们醉了或者精神恍惚了。许多成年人有酗酒问题，可是并不虐待与他们同住的孩子。酒精并不会引起人们进行身体、情感或性虐待的冲动。它们只是使成年人更容易凭冲动而行事罢了。毒品和酒精可能成为遗弃孩子的动因——即便是那样，成年人仍然得为他们的行为负责。他们有责任处理好自己的问题，以便于能让自己的孩子得到充分的关爱。

虐待，个人隐私和社会联系

我们已经讨论了一些成年人和青少年施虐的一些具体原因。不过还有一个共同的原因，那就是缺乏社会联系。

在美国许多人把独立的家庭看作是社会的基本单位。他们相信，父母有能力靠自己，用一切必要的方法照顾好自己的孩子。如果父母觉得有困难或者

需要别人的帮助，那么这些父母就会被看作是耻辱或失败。

然而，研究表明，自我封闭是虐待孩子的一个重要的因素。当一个家庭面临困境时——也许是失业问题，也许是其他的社会问题——这个家庭要应对问题的方式有许多种。那些以自我封闭、远离朋友和邻居为应对方式的家庭是最可能出现虐待现象的。

其他研究还表明，有虐待行为的家庭往往比其他家庭更为自我封闭。他们往往朋友很少，与邻居的联系不多，而且避开各种社会资源，比如社会福利体系或者社会服务体系；社区活动团体以及其他的社会组织。自我封闭似乎既是各种虐待模式的成因，又是它们所造成的结果。

同样地，家庭作为一个独立的单位，它的隐私权应该尽量得到尊重，这种印象往往使得人们不愿过问其他家庭的虐待行为。孩子是属于父母的，用不着整个社会对他们负责，这种印象也把许多孩子封闭在了一个危险而恶劣的环境中。

这些现象表明，社会联系是家庭生活的一个必不可少的组成部分。我们认为，父母不必认为他们是完全孤立的，也不必觉得如果他们向“局外人”求助了就是失败者。

同样地，如果青少年生长在一个有虐待行为的家庭里，那么他们所能为自己做的事情之一就是向家庭以外求助，也就是在得不到家人帮助的情况下向能够为他们提供帮助的其他成年人求助。不幸的是，由于有虐待行为的家庭更可能自我封闭，更可能推崇“家丑不可外扬”的观念，因此青少年也许会对寻求外来支持有负罪感。而且，正因为家庭的自我封闭，他们也许很难认识其他成年人。

如果你自己或者你所认识的某个人碰到了这种情况，记住下面这一点对你会有帮助：向家庭以外求助不代表对家庭不忠诚。它只是很自然地表达了人们对社会联系的一种愿望——一种健康的愿望，它能使家庭结构更稳固，而不是更脆弱。如果你的家庭自我封闭了，那么你也许得建立自己的社会联系。这可能很难办到——但值得去做。

虐待的影响

在我们对虐待的动机进行了更为仔细的分析之后，现在让我们回到关于遭受虐待的青少年的综合案例。他们是如何应对虐待的？各种类型的虐待对他们的生活都产生了怎样的影响？

热纳瓦努力地想成为父母所希望的那种女孩。她相信要是她做得再出色些，父亲就不会打她了。可不知怎么地，不管她多么地努力，她总是会出错。她开始觉得自己不论在哪里都不可能把事情做好了。当她的朋友马利斯邀请她为校报工作时，热纳瓦发现自己对尝试新事物非常紧张，以至于都不敢走进校报编辑室的大门了。还有一次，热纳瓦和几个朋友一起上商店为同学们的聚会采购食品。热纳瓦被分配去买某种牌子的饮料。她的朋友们在收银处等不着她，于是就去找她。最后发现她站在货架前守着——他们商定要买的那个牌子在该店脱销了，而热纳瓦不敢自己拿主意选择另一个牌子。

卢从来就没得过好的学习成绩，现在连他的老师们也不敢有这种奢望了。可是他们的教导主任总觉得有什么地方不对，因为在全校举行的一次标准智力测试中，卢的成绩排进了前百分之十。当教导主任问起其中的原因时，卢只是耸了耸肩，说他对学习不感兴趣。使他真正感兴趣的是和朋友们一起飙车，而且越快越好。卢最能发明一些新的挑战了，比如在不开车灯的情况下绕过一个急弯啦，沿着路肩赛车啦。卢还能想出一些别出心裁的挑战——比如看谁能把点

燃的香烟按在胳膊上撑的时间最长。卢几乎总能赢得这些比赛，他还总是炫耀自己有多强悍，自己多么能“冒险”。

玛丽亚对自己的母亲一直有气。大概只有在她吃东西的时候她才会不生气。玛丽亚喜欢吃。有时候惟一能让她挨过一天的事情就是想着她藏在衣柜里的棒棒糖，或者想着放学后回家路上要买的油炸圈饼。要是玛丽亚没钱买东西吃了，她就会去偷，因为她打定主意不想放弃的东西就是她的美食了。由于吃得太多，玛丽亚的体重增加了不少。而因为胖受到弟弟妹妹的嘲笑时，玛丽亚会冲着他们大喊大叫，之后她会感到很内疚。于是她更觉得自己是个失败者了——明摆着的，她什么事也做不好。

热纳瓦、卢和玛丽亚所经历的正是遭受身体虐待和遗弃的常见影响。热纳瓦出现的状况是所谓的“后天性的能力低下”。由于她认识到自己无力终止父亲的虐待行为，因此断定自己也无力改变任何别的事物。她对进入新的环境感到紧张不安，因为就连她生活中最重要的环境——她的家庭——对她来说也不安全。结果，她在面对任何环境时都觉得不安全。她

对单独做决定感到紧张，因为当她做出“错误”的决定时父亲对她的惩罚是那么严厉。由于无法控制父亲的行为，无奈的热纳瓦选择了放弃对生活中一切事物的控制，即便是在面对她完全有理由改变的环境或决定时也一样。

卢面对母亲对他的身体虐待，选择了对自己身体的虐待。他认为通过用香烟灼伤自己，他可以“锻炼”自己忍受痛苦的能力，这样他就不怕母亲的殴打给他造成的痛苦了，以及她的虐待所带来的伤痛了。由于卢的母亲对他的身体安危一点也不在意，因此卢也很少注意自己的安全。

同热纳瓦一样，卢基本上无力控制父母的行为。热纳瓦采取的策略是完全放弃了控制权，而卢则试图把控制权收回来。但是他选择的做法却是效仿他的母亲。似乎他觉得，如果是由他自己，而不是由母亲来损害他自己的健康，那么他就能获得对自己安危的一些控制权了。

卢在学业上遇到的难题对于所有类型的受虐待的孩子来说，也是一个常见的模式。有些孩子学习成绩差是因为生活在一个随时有可能引发训斥和殴打的乱哄哄的家庭里，他们很难安下心来念书。有些则是因为淡漠——身边是正在破坏你幸福的父母，学业

似乎显得不那么重要了。有些则是因为恼怒——如果你的家庭生活都一团糟了，那么把其他事情干好又有什么意义？

一些学业上的困难也许能引来关注。也许在某种程度上，卢倒希望他的教导主任能注意到其中的问题并追问下去——尽管卢也讨厌他的教导主任并拒绝回答他的问题。

这种矛盾的心情源于卢矛盾的处境：一方面，他希望母亲停止虐待他；另一方面，他觉得自己应该保护她。同时，由于她对他的安危毫不在乎，因此他也对自己放纵起来。

同热纳瓦和卢一样，玛丽亚不能依靠她生活中那个重要的人。她也在寻找某样她既能控制又能依靠的东西。对她而言，这样东西就是食物。由于玛丽亚的母亲没有照顾她的饮食，玛丽亚只能自己照顾自己了。但是由于玛丽亚想从母亲那里得到的不仅仅是食物，因此吃饱永远无法使她得到真正的满足。这就是她在肚子不饿了之后还不停地吃的原因——她那指望着食物能“抚平”的愤怒和悲伤的情绪一直得不到真正的化解。

玛丽亚所遇到的问题被称为一种饮食紊乱。受到情感虐待或者性虐待的孩子也可能患上饮食紊乱。

玛丽亚的问题具体说来就是嗜食症,这指的是一个人觉得自己必须不停地吃而且不管吃饱了与否都停不下来。另一类的饮食紊乱被称为厌食症,这指的是一个人节食得很厉害,实际上是在饿自己,已经到了该上医院的地步。还有一类相关的问题被称为贪食—厌食症,这指的是一个人在忍不住大吃大喝之后又强迫自己把食物呕吐出来,以避免增肥。这些问题各不相同,但它们有两个共同点:它们都是面临情感痛苦时的一种应对方式;它们都是试图控制生活中的至少某一领域的一种方式。不幸的是,它们没有解决任何实际问题,相反,这些患上饮食紊乱的人实际上是在虐待自己。

杰里的学习成绩很好,但似乎对其他事情大都做不来。然而,在他升入高中后父母还是让他接了一份兼职工作,就是在一家杂货店做进货员。但是他第二天就被辞退了。当看见乳制品冰箱漏水时,杰里就去找主管请他帮忙擦干。当一个顾客把一排罐头撞倒时,杰里就去找主管问应该怎样把它们重新堆好。于是,主管大笑起来,问杰里为什么就不能自己想办法解决时,杰里发火了。他开始冲着主管大喊大叫,还差一点把一个罐头砸向主管。当主管说要解雇他时,

杰里反倒马上平静下来,一声不吭地回家了。

埃琳娜发现自己老在想关于死的问题。她阅读那些关于垂死的人的故事,或者是关于鬼魂从坟墓里回到人间的书。她想着自杀的种种方式,尽管她从不承认自己有这种想法。然而最近,她开始做自杀念头以外的事情了。她开始检验各种可能性,比如看看妈妈是否有足够的安眠药可以致死。埃琳娜觉得自己无法抑制这些自杀的念头,它们就这么产生并占据着她。她也不知道自己是否有一天会真的自杀。

塞思和班上其他孩子的关系还算不错,尽管他没有一个真正称得上知心的朋友。其他孩子也注意到,每当他们遇到很棘手的问题时,不知怎么的,塞思总爱说一些俏皮话来使他们感觉更糟。接着他会道歉——但是已经太迟了。伤害已经造成了。当其他孩子开始外出约会时,塞思决定自己也要找个女朋友,但不知怎么搞的,他找不出一个他真正想约会的人。他的其他一些朋友试图在结伴外出时带上他,可没有一个女孩是能让塞思不挑剔的。同时,塞思又觉得自己很孤独,受到了冷落。他想有个女朋友,可是他不明白,为什么就没有人愿意跟他结伴外出。

杰里的父母使他相信，他无法靠自己做出任何决定。他们还让他接受了这样一种信息，那就是如果他在外面取得了成功，他们会感到受了冷落并生气的。因此，当真的出现机会让杰里去获得更多的独立时，他又过于紧张而不敢去把握了。

与此同时，杰里对自己的父母又是一肚子怨气，这种怨气他从来没有得到过表达的机会。所以一旦逮着什么人有了发泄怨气的机会，这里碰上的是他的主管，他就爆发了。他的主管所做的事情有点类似于他父母的做法——似乎在嘲笑杰里的不知所措，对此杰里的心里已经堆积了太多的怨气，他再也无法保持理智了。当然，就在杰里被解雇时，他又“正常”了——这让他感觉舒适而熟悉，他的独立性不再受到“威胁”了。杰里所遭受的情感虐待使他在面对家庭以外的世界时碰上了极大的困难。

埃琳娜遇到的是另一类问题。在某种程度上，她已经认定，既然父母都不爱她了，她也不值得活下去了。由于她对自己的问题缺乏清醒的认识，因此产生了不理智的想法。

如果埃琳娜能够相信自己的感觉：父母并不真正地爱她，而且如果她能够承认这一现实，那么也许她会感到极大的痛苦。但或许她也能找到另一条出路。

她也许能对自己说:“好吧,就算是我的父母不爱我了,我仍然是一个值得被爱的人。我要活下去,直到我能找到爱我的人,他们将把我应该得到的爱给我。同时,我将学会爱我自己。”

由于埃琳娜仍不愿或无法面对现实,她只能寻找另一条出路来结束痛苦。于是自杀似乎成了她惟一的解脱方式。各种受虐待的孩子往往都有自杀念头,有时还付诸行动。

不像我们剖析过的其他青少年,塞思似乎没有任何明显的问题。表面上他看起来像个普通的孩子,在学校表现不错,和朋友相处也不错。

然而,在内心深处,塞思正感受着父母的情感虐待给他所带来的影响,他的行为也证明了这些影响。塞思觉得自己很难亲近任何人,因为他害怕遭到类似于来自父母的那种批评和否定。为了保护自己,他批评其他所有的人。于是,别人当然都不愿意接近他了。这又印证了他的担心:他的父母是对的,他自己的确有问题,美好的时光总是短暂的。

遭到情感虐待的孩子往往很难找到亲近的关系。受到身体虐待和性虐待的孩子在这方面也有类似的问题。当孩子生活中最重要的人物——父母,都不值得信任时,孩子很难学会信任其他任何人。当孩子生

活中最重要的人物给孩子带来了巨大的痛苦的时候，孩子很难对其他关系抱乐观态度。如果别人在把他们对你的认识反馈给你时仅仅反应了你消极的一面，那么这将使你很难培养自尊。要是你连自己的价值都感觉不到，又怎么能够准确地评判你对别人的价值呢？

从开始约会起，苏济就觉得自己面临一系列的矛盾心情。有时候她有负罪感，但不知道到底是什么原因。还有些时候她觉得自己有一个可怕的秘密，要是与她约会的男孩们发现了这个秘密，也许就不再喜欢她了。还有些时候，苏济觉得那些男孩喜欢她的惟一原因就是因为他们认为她在性方面能"放得开"，她也认为，为了确保再次被邀请外出，即使不情愿，也要放开些为好。可是当她表现出正常的性反应时，她又担心与她约会的那些男孩会看不起她。苏济惟一感受不到的是和男生在一起时那种放松和愉悦的心情。她的确产生过性快感，但这种性反应老是让她有负罪或者不安的感觉。

卡琳不清楚自己的"双重角色生活"还能持续多久。有时候她觉得惟一的解决办法就是出走。她想

像过跳上公共汽车，离开这里，到另一座城市去。她觉得只要她消失了，她就可以摆脱性虐待，同时又不会使家人陷入麻烦。卡琳的想像从没有过多的细节。通常也就是到跳上公交车离开了为止。

马克要想找个人约会是根本没问题的。只不过现在学校里有许多女孩对他有怨气。每当马克和一个女孩首次约会时，他总是很喜欢她。他会表现得既可爱又殷勤。事实上他从不作出具体的承诺，但是他会谈到将来他们一起做的很多美妙的事情，这样这个女孩就会认为他是认真的了。接着，在和这个女孩交往了几次之后，他又会失去兴趣。通常，他自己和这个女孩都还没怎么意识到他没兴趣了，直到她碰上他和别的女孩在一起。然后就是她真的生气极了，感到受伤害了。马克的坏名声并不妨碍他重新约会，但是这么多人对他有怨气毕竟让他感觉不快。他也觉得奇怪，自己和别人的关系为什么老是不能持久呢？

苏济、卡琳和马克都在以常见的方式应对性虐待问题。他们都试图否认自己的经历，希望以某种方式假装什么事也没发生。这种否认的模式最终并没有真正地解决根本问题，反倒引发了新的问题。

苏济对自己年幼时与看护人的经历感觉不舒服。也许是因为父母曾经告诫过她要“提防比她年龄大的人”，而且不许她有怨言或者不满的表示，所以苏济不敢把她 8 岁时的亲身经历告诉父母。她担心他们会认为是她的错而责怪她，甚至惩罚她。

由于苏济对自己年幼时受虐待的经历感觉不舒服，就试图想把它忘了。但是她并没能真的把它忘了。她只是把它压在了心灵的最深处。她这么做只是给自己传递了这样一条信息：是你做错了事，你是个坏人。实际上，她向自己传递的正是她原本担心父母会传递给她的信息。

把那些记忆和感受压在心灵的最深处并没能使苏济真正地摆脱它们。相反，它们引起了她现在对性认识的一系列矛盾的心情。她喜欢与男孩在一起，这让她有负罪感，尽管这对一个青少年来说并没什么不合适的。但是因为苏济 8 岁时与看护人的性接触是被动的，所以她很难相信自己现在已经有了自由选择的权利。

卡琳还没有弄明白自己对过去或者目前的真实感受。她处在一个痛苦而两难的境地，所以只好欺骗自己说什么事也没发生。许多遭受性虐待的孩子所采取的策略都是假装什么事也没有发生，或者对自己说：“这不是我，这只是我的躯壳。当这一切发生时我

并不在躯壳里。”

不幸的是，虐待实实在在地发生着。由于不敢直接面对自己的问题，卡琳也无法想出一个明智的解决办法，比如把真相告诉一个有能力阻止虐待的成年人。相反，她只能幻想着“出走”。

为了摆脱性虐待或者其他类型的虐待，许多青少年真的离家出走了。

具有讽刺意味的是，为了摆脱虐待而离家出走的青少年往往发现自己走进了一个虐待程度更深的环境。根据美国司法部1984年的报告，美国有大量不满16岁的未成年人在从事色情和卖淫活动。尽管其中有许多人是一开始就身陷泥潭的，但也有不少人是离家出走后自己选择或被迫进入卖淫或色情行业的。而离家出走的主要原因是受到了虐待。

离家出走的青少年很容易陷入这种环境，因为可供他们挣钱的方式很少，而在受到成年人虐待时他们的自我保护能力又不足。遭受过性虐待的孩子尤其容易最终跌入这种性虐待的泥坑中。也许这是因为，鉴于自己的生活经历，他们觉得自己似乎就该遭受性虐待，也或许因为，他们已经在不知不觉中把性爱和性虐待混为一谈了。

另一个因素也许在于，有些娼妓和色情模特之所

以能忍受自己的行为,只是因为他们能够“忘掉眼前的一切”而假想着自己在另一个地方。像那些正遭受性虐待的孩子一样,他们在进行卖淫的同时会欺骗自己说“这不是我,这只是我的躯壳”。受到性虐待的孩子在面对虐待时所采取的也许正是同一种策略,因此在某种意义上他们已经做好了继续受虐待的“准备”。

但所有这些并不能被理解为,受到性虐待的青少年喜欢被虐待,或者他们实际上不想终止虐待。这些事情的真正意义在于,除非他们能从过去的感受中走出来,否则他们将可能继续身处遭受性虐待的环境,不管其方式有何变化。他们也可能以后无法享受积极的性体验,因为所有的性体验,甚至性本身,似乎都与虐待一样,让他们惊恐、厌恶或者羞辱。

为了应对在自己家中所受的性虐待,马克也选择了一种常见的方式。他滥交女朋友。也就是说,他没有以负责任的态度告诉一个女孩,她能从他那里得到什么,在想结束一个关系时也没有进行了结,马克亲手打造的局面注定会使别人对他恼火。马克在开始时表现得很可爱,很殷勤,这就给人一种似乎他很认真的错觉。甚至连他自己也可能认为他是认真的。然而,之后不久,马克又和另一个女孩“好上了”,这自然会让他的前一任女友不满。

马克也许会认为这一切纯属巧合。他甚至会认为,他的行为只是一种本能,事情的结果碰巧如此罢了。然而,在现实中,他所造成的局面让他本人也不满意。马克并不想让那么多的女孩子对他失望,他也并不想让那么多的人对他生气。实际上他对自己无法和任何一个人保持亲密的关系也感到不快。

那么,为什么他会有这种种表现呢?因为马克试图掩盖他母亲对他的虐待行为,以及自己对此的愤怒。他把他对母亲的感受与其他的感受混杂在了一起。母亲的性虐待给他带来的愤怒与同龄女孩子在交往时给他带来的感受交织在了一起。因此马克最终把那些女孩子拒之于门外,正如他想把母亲拒之门外一样。

如果苏济、卡琳和马克能够承认,他们确实受到了他们所信任的人的虐待,那么他们就能够表达出自己对所发生的一切的愤怒和悲伤。以卡琳和马克的情况为例,他们也许就能自己采取行动来终止虐待或者找到一个支持他们的成年人来代替他们采取行动。这样做很可能会带来痛苦,但至少他们的真实感受能够浮出水面。这使得他们能更容易地把性虐待给他们带来的感受和其他与异性交往的体验区别开来。

一般而言,受到虐待的未成年人会把自欺欺人当

作一种很有效的应对策略。如果你对一种局面感觉无能为力了，你完全可以自欺欺人地说实际情况并没有那么糟。你可以完全把发生过的事忘了，如苏济那样；或者对眼前的一切视而不见，如卡琳那样；或者你可以为它找个理由，如卡琳说的那样，她父亲只是想给她一个教训；你可以责怪自己，如埃琳娜那样；或者对自己说你不在乎，如塞思那样；你可以求助于一样能分散你注意力的东西，如玛丽亚求助于食物那样；你甚至可以伤害你自己，如卢那样，只要能证明情况并没有那么糟。

当你尚未成年，不知道如何自助时，自欺欺人完全可以成为使你活下去并一直挨到长大的对策。但当你长大后，你就有了其他的选择。如果你遭受了身体或性虐待，你可以把它告诉另一个成年人，你可以不断地告诉别人，直到有人相信你并采取行动终止虐待为止。如果你遭受了情感虐待，你可以向信任你并支持你的其他成年人求助。在这三种情况下，你都可以使你对虐待的感受浮上水面，这样你就可以把它和其他的感受区别开来了。

这其中的关键在于，只有你愿意承认家里存在虐待问题而且它使你不快乐了，你才可能做这些事情。这种承认所付出的代价是，你可能感到很痛苦，这些

愤怒和痛苦你已经压抑了很长时间。你还可能发现，父母或者其他家庭成员对你很恼火，因为你不再附和着他们骗人说“没有任何问题”了。

然而，你所得到的回报远远不只有痛苦。你所得到的回报就是，你开始使自己从虐待的影响中解脱出来了。如果你患上了饮食紊乱或者有酗酒问题，你将有机会解决这些问题。如果你在处理各种关系时有困难，你将有机会克服这些困难。如果你通过疯狂飙车或者自杀行为把自己置于了危险的境地，你将有机会挽救你自己。另外，一般而言，你将有机会使自己从背负了很久的愧疚和无能的感觉中解脱出来。

你很容易忽视虐待的影响。你很容易自欺欺人地认为，这些影响与身体、情感或者性虐待无关。但只有直面这些问题，你才有机会解决它们。令人高兴的是，如果你直面这些问题了，你就一定有机会解决它们。

下面较为完整地列出了虐待所可能造成的影响。

身体虐待

· 身体受到了严重的伤害，可能导致住院治疗，身体虚弱，颅脑损伤，永久性内伤，甚至死亡。

· 自尊心受到了伤害，认为自己“一无是处”或者

“恶劣”。

· 想伤害自己，比如，烫伤或者砍伤自己。有时这是因为受虐待的青少年认为自己受到伤害是应该的；有时这是因为他们的感情几乎已经麻木，只剩下痛的感觉了；有时这是因为过于惊恐而对虐待自己的父母敢怒不敢言，最后只能把怒火发泄到自己身上了。

· 学习成绩很差，工作表现不佳。

· 以各种模式选择了其他虐待关系。

· 后天性的能力低下——感觉无论做什么，都无法对周围环境产生任何影响。

· 有自杀倾向和行为，要么是因为觉得自己不值得活下去了，要么是因为自杀似乎成了摆脱痛苦的惟一方式。

· 吸毒或酗酒。同样地，要么是一种解脱，要么是一种自杀倾向。

· 离家出走，将面临“在街头”被虐待的更大风险。

· 很难与他人建立信任亲密的关系。

情感虐待

· 自尊心受到了伤害。

- 想伤害自己。
- 后天性的能力低下。
- 吸毒或酗酒。
- 饮食紊乱。嗜食症，是为了在痛苦的环境中安慰或保护自己；厌食症，让自己挨饿，是因为想死或者为了获得对自己生活的部分控制权；贪食—厌食症，兼具其他两者的原因。
- 容易有其他情感虐待关系或者自己有情感虐待行为。
- 很难与他人建立信任亲密的关系。

性虐待

- 自尊心受到了伤害。
- 有自杀倾向或行为。
- 饮食紊乱。
- 形成以后对性不忠诚，或者卖淫。
- 离家出走，将面临更大的被虐待的风险。
- 容易进入其他的性虐待关系。
- 以后很难享受其他正常的性关系。
- 很难与他人建立信任亲密的关系。

3

寻找出路

前面我们集中分析了身处虐待关系中的种种状况。这一章将重点探讨如何终止虐待关系。在这一章中，我们将分析人们之所以不愿通过求助来终止虐待关系的原因，求助的重要性，以及人们下定决心求助时所可能发生的情况。

为什么人们有时候不愿求助？

人们之所以不愿通过求助来终止虐待关系的原因有很多种，下面是其中的一些。

负罪感　一些人认为，既然自己受到了虐待，就一定是自己做错了什么事而理应如此。正如我们所看到的那样，受到身体虐待的人宁愿相信，成年人虐待他们是出于对他们的爱或者出于管教他们的合理

需要。这种看法也许能淡化虐待所带来的痛苦——但它也意味着，受虐者有负罪感，有自责心理。这就使得他们不愿通过求助或自己的行动来终止虐待。

受到情感虐待的青少年也从父母那里得到了关于自己的消极信息。他们也可能认定，他们的父母是对的，他们理应受到虐待。

受到性虐待的人会有类似的负罪感。他们会认为，如果自己和一个成年人或者比自己年龄大的孩子有性关系，那么就一定是自己以某种方式把它"招惹来的"。如果他们想起自己从来没有加以拒绝，从来没有进行身体反抗，或者在某种程度上竟然很享受这种关系，那么他们就更有负罪感了。这种负罪感是由美国社会关于男人和女人的种种偏见所造成的。其中一种偏见认为，如果一个女孩没有拼死反抗性侵犯，就一定是她自己把它"招惹来的"。还有一种偏见认为，男孩从小到大都有性需求，如果能和比他大的女性发生性关系，他应该感到很幸运。这些偏见，以及其他的一些偏见，使不少男孩和女孩认定，虐待关系给他们带来的痛苦，实际上源于他们自己的错误。

在这三种类型的虐待中，负罪感的产生也可能是因为父母或者处于强势地位的某个人直接对受虐者说，他们做错了事。在身体或情感虐待的例子中，处

于强势地位的人可能会对虐待行为解释说,孩子愚蠢、无能、草率或者有其他可怕的错误。在性虐待的例子中,处于强势地位的人可能会告诉孩子,是他们自己把它“招惹来的”,或者他们的行为具有挑逗性。

羞愧　即使受到身体或情感虐待的青少年明白自己并没有做错什么,他们仍可能对自己无力终止虐待感到羞愧。在美国社会,尤其是男孩儿被认为在任何情况下都能够进行反击。受到身体虐待的男孩儿会觉得,自己无力终止父母的殴打是一种耻辱。受到情感虐待的男孩儿会因为受到“几句尖刻话语”的伤害而感到羞愧。

同样地,在美国社会,女孩儿被告知,“如果你表现得像个淑女,别人就会把你当淑女看待。”受到虐待的女孩儿会感到很羞愧,因为她们没能以某种方式防止这种虐待。

在性虐待中,这种羞愧的感觉也许更加强烈。在美国社会,有一种偏见认为,男孩儿应该是强悍的,而女孩儿应该是纯洁的。因此受到性虐待的男孩儿会羞于承认自己是一个“懦弱的人”。一个女孩儿会觉得,与男性发生了性接触自己就成了“损坏了的商品”或者“放荡的女人”。她会觉得,要是自己的“秘密”被发现了,就没人愿意和她约会或者娶她了。

对家人的恐惧 受到自己家人虐待的青少年有一种特别的恐惧。他会想知道是否其他家庭成员也知道这件事。要是其他家庭成员知道了这件事，他又会感到奇怪，为什么他们不终止虐待。不管是哪一种情况，他都可能得到这样一种信息，那就是其他家庭成员并不想终止虐待或者他们也不敢触犯施虐者。在这种形势下，敢于公开说出所发生的一切，给家人"添乱"是需要极大的勇气的。

对失去爱的恐惧 青少年也许会认为，如果他们把父母虐待自己的真相说出去，那么他们将失去父母一方或双方的爱。非虐待型的父母一方甚至还可能警告过或威胁过受虐待的青少年，或者可能表示过担心，担心施虐者会被关进监狱。受虐待的青少年可能真的很爱自己的父母，他只是希望终止虐待。然而终止虐待将可能导致父母离家，甚至进监狱。这种结果在他们看来也许比放任虐待还要糟糕。

当虐待型的父母表面看来很爱自己的孩子或者似乎成了惟一爱孩子的人时，这种对失去爱的恐惧尤其强烈。在这类例子中，父母在实施身体或情感虐待之后可能会表现出亲情和关爱。在性虐待的同时可能伴随着柔情和爱抚，当然还有强加的性行为。青少年可能不想失去这种柔情和爱抚——尽管他希望能

把虐待去掉。

在其他例子中，接受父母的管教似乎成了遭受遗弃之外的惟一选择。有些青少年也许认为，接受虐待要比遭受遗弃好。

对自己或家人受到威胁的恐惧　有时实施身体或情感虐待的人通过发出威胁来保护自己。实施身体虐待的成年人会威胁说要伤害举报他的青少年。这个成年人还可能威胁说将伤害这个青少年的家人或宠物。这个成年人也许还真的加大了虐待的力度，以证明他所言不虚。或者他们会真的杀死或伤害一只小动物来向孩子证明，他们真的打算并有能力实施他们的威胁。受到过这种威胁的青少年将一直持续受到它的影响，因为虐待者已经建立起了一种保密和恐吓的固定模式。

除了这种大家都会有的对暴力威胁的正常恐惧之外，受虐待的孩子之所以害怕，还有另一层原因。由于实施虐待的人是原本自己信任的人，因此孩子会得到这样一个印象，那就是无助的自己将不能再指望相信任何人了。如果孩子受到的性虐待是来自家庭以外的人，那么他还有可能充分相信自己的父母并举报所受到的威胁，这得看父母平时给孩子的印象和威胁的程度而定。然而，如果孩子受到的虐待是来自于

家庭内部，那么，他很可能会有求助无门的感觉。

对家人的担心 如果全家人得靠虐待者的收入生存，那么受虐待的青少年会觉得，终止虐待将可能意味着全家人的生计受到了威胁。如果这个虐待者离开了家或者进了监狱，那么一家人将陷入困境。在这种情况下，这个青少年会觉得，他有责任忍受虐待，以使虐待者能继续养家糊口。这个青少年还可能担心，家庭的分裂将导致情感的剧变。

类似的情况会出现在单亲（尤其是单身母亲）的孩子身上。如果孩子的母亲似乎急于保持与那个施虐男子的关系，那么孩子会觉得，自己拒绝那种关系的行为将是自私的。还会担心母亲会因为那个关系的结束而指责自己。

在母亲再婚的例子中，如果继父对青少年施虐，那么情况就更为复杂了。这个青少年会觉得，自己保守着一个“秘密”，而这个“秘密”将给母亲带来极大的烦恼。同样地，这个青少年对揭露继父的虐待行为会心存内疚，因为这将影响到母亲和继父的关系。同样地，这个青少年还会担心，自己将成为母亲指责的对象，而且她将为她所嫁的男人辩解。

当然，如果虐待者就是这个单身父母的话，那么这个青少年很可能会觉得，这个人是全家的支柱。自

己"有责任"忍受虐待，这样一家人才可能活下去。

为什么要终止虐待关系？

我们已经分析了使人们不愿终止虐待关系的一些担心。现在让我们来看一看放任这种关系所可能导致的一些后果。

对不同类型的虐待有不同的反应。然而，一个根本性的反应就是受虐待的青少年觉得很难爱自己。事实上，可以说他们中的许多人已经恨自己了。

这种自我憎恨源自上面讨论过的许多原因。受虐待的青少年似乎觉得，自己本来应该能够做些什么来防止进入这种可怕的境地。青少年会认为是自己造成了这种局面而因此自责，或者会因为自己无力终止虐待而感到自责。面对自己的处境，青少年所能找到的惟一解释常常是，自己是一个无能的人，就应该不快乐。

为什么青少年会得出这种解释，而尽管实际上他们并没有做错什么呢？热爱父母，依靠父母，这是孩子的天性。孩子们依赖其他成年人和处于强势地位的人同样是天性所致。所以，想像着父母或者另一个处于强势地位的人正在虐待自己是一件很恐怖的事

情。孩子往往宁愿进行自责。

这种无能的感觉延续着，而且放任虐待的时间越长，它所造成的伤害越大。小时候受过虐待的人往往会选择同样对他们实施虐待的配偶，因为他们相信，他们的一生注定要遭受虐待。曾受过身体虐待的女性会嫁给殴打自己，并最终殴打孩子的男人。曾受过身体虐待的女性或男性都可能殴打自己的孩子，因为他们相信这是“正常”的行为。同样地，在情感虐待中长大的人会与自己的伴侣和孩子重复这种模式，要么被虐待，要么虐待别人，要么兼而有之。

正如我们在马克身上所看到的那样，受到性虐待的人往往很难相信自己的伴侣。曾受过性虐待的男性和女性在成年以后都可能频繁地更换异性伴侣，对性不忠诚，或者把自己置于危险的境地。他们会觉得在性方面的沟通很容易，但在感情上却很难坦诚相见。或者他们似乎能很快地在情感上或性方面和别人亲近——但却无法保持这种关系。

另一方面，正如我们在苏济身上所看到的那样，受到性虐待的人会发现自己很难自如地面对自己的性感受。他们会干脆回避性关系，或者会寻求一种安全的关系，这种关系尽管不太令人满意，但似乎能使他们获得儿时所失落的那种安全感。

不管是哪种情况,未成年时受过性虐待的人长大后也许会嫁给或遇上其他虐待者。事实上,除非受到性虐待的人得到了帮助,否则很可能出现这种模式。

未成年时受到虐待所造成的后果往往在受虐者就业时显现出来。他们会继续认为自己不值得受到好的待遇,甚至在工作中也一样。他们会忍受雇主的不合理指责或者过分的要求。或者他们会无法理解正常的行为,产生异常害怕、受到威胁或者受到虐待的心理,从而表现出过度的恐惧、愤怒或者迷茫。经历过虐待的人会发现自己又遭遇了类似的令人不快但似乎很"自然"的处境。如果说父母或者其他处于强势地位的人使他们对保护自己不受虐待产生了负罪感的话,那么他们在长大后也可能对保护自己不受其他虐待产生负罪感。

这种影响继续下去,还可能使人无法制订人生规划,或者很难长时间地坚持一个计划。如果青少年在成长的过程中感觉到自己无法控制生活的某一个重要领域,就可能会形成一种"一切都是徒劳"的固定意识。这种态度使他们很难对生活充满激情和活力,反而会导致"一切顺其自然"的感受。

这种消极的感受也许是青少年在面对自己无法控制的虐待环境时的惟一出路。但是如果无法从各

种感受的阴影中走出来，那么，即使面对的是可能已经得到改变的环境，他们仍可能消极对待。

偶尔，孩子们会通过封闭自己所有的感受来试图消除身体或情感上的痛苦。他们认为，既然感受如此伤人，不如不再感受。于是，当他们长大后，他们发现自己很难再有所感受或者表达感受了。

有时候这些问题会进一步发展，变成一种终生的抑郁模式。这种消沉、绝望和无助的感觉可能源于儿时的经历，在那段经历中，孩子长时间地真正地感觉到了无助和绝望。同样，随着虐待关系的延续，如果忽视这种种的感受，它们就可能继续进入一个人人生的其他阶段，并可能在虐待关系结束后仍大行其道。

受到虐待的青少年往往试图对老师、朋友——在性虐待的例子中，则对其他家庭成员——隐瞒受虐待的事实。这种背负着秘密或者生活在隐秘的世界里的感觉也会造成巨大的影响。这个青少年会开始觉得与周围的世界格格不入，并在成人后仍保持这种感觉。“没有人了解我的实际情况。”“我和其他人的情况不一样。”这种感觉使一个人很难结交朋友或者建立伴侣关系，即使是在虐待终止之后。

由于受虐待的孩子听到的净是些谎言，(“这没什么不正常的。”“我爱你胜过爱世界上其他的一切。”

"他只是无心之过。""是你的错。"）因此他们会发现很难相信自己对周围世界的判断。毕竟，他们自己的判断不断地遭到了他们所热爱和依赖的成年人的否定。

受到虐待的人很难正确地看待现实。这也是因为受虐待的孩子已经在潜移默化中学会了对现实的扭曲判断。（"除非你让别人虐待你，否则你就得不到爱。""对你大喊大叫的人实际上并不是生气了，他们只是这一天过得不太顺。""他不是真的醉了，只是有点生病了。"）如果无法从这种体验中走出来，那么受虐待的孩子就将继续背负着对现实的扭曲看法，并将它套用在其他的人和事上。

最后，正如我们所看到的那样，受虐待的孩子会产生一系列的问题，如吸毒、酗酒、饮食紊乱或者自残式的疯狂行为。他们还可能受自杀念头的困扰并最终认为，自杀是结束痛苦的惟一方式。

孩子们完全可以从这种种感受的阴影中走出来。如果受虐待的孩子在青少年时期或者长大成人后获得了帮助，那么他们就有可能理解这些感受并形成其他的生活方式和感受。他们完全有可能改变导致不正常的行为模式；也完全有可能纠正对现实的扭曲看法以及克服绝望和抑郁的感觉。

从种种感受的阴影中走出来

不管是否在青少年时期把受虐待的事实告诉了他人，或者采取了措施来终止虐待，受虐待的人仍然有可能在成年后从种种感受的阴影中走出来。

然而，如果青少年真正做到了在虐待关系存续期间就使它终止了——不管是通过自己的努力还是别人的帮助——他就获得了明显的有利条件。首先，他已经终止了虐待的发生，也就实实在在地减少了一些受虐待的日子。

第二，如果青少年终止了虐待关系就等于让自己迈出了积极的一步。他所迈出的第一步意味着"我是一个不应该受到如此待遇的人，我知道如何保护自己"。有了这第一步，接下来就容易迈出其他步子了，因为现在他至少学会了两件事：一、他并不是完全无助的，将来也不是；二、有些成年人是值得信任的，他们将支持他对现实的看法和他受保护的权利。

一旦一个人说出了受虐待的真相，并开始从种种感受的阴影中走出来，他将会遭遇到什么样的情况？我们将讨论你在从种种感受的阴影中走出来的过程中可能遇到的情况。接着，我们讲一些美国的家庭、

法庭以及社会服务体系中可能发生的情况。

求助咨询服务

通过咨询服务或热线服务从种种感受的阴影中走出来，首先得说出那些感受。谈论对虐待本身的体验也是很重要的。特别是当虐待在家庭以内或者以外成了一个秘密时，直接描述所发生的一切是很重要的一步。

通常，直接谈论虐待本身就能引发许多感受。其中的一些感受包括痛苦、愤怒、沮丧以及当你情不自禁地为所发生的伤心事感到难过时所产生的悲伤或哀伤。其他的感受还包括能够最终说出事情的真相并为人相信时所产生的激动和极大的解脱。

同一个训练有素的咨询师或者治疗专家谈论这些感受和体验是有益的，其中的一个原因在于，有些感受是令人困惑的。一些人对虐待他们的人既爱之深，又恨之切；一些人发现自己对虐待者有着满腔的怒火和仇恨，过后又对自己这种强烈的情绪感到害怕；一些人害怕承认，他们所热爱和依赖的人竟然如此伤害他们；一些受过性虐待的人承认自己在排斥虐待的同时也享受着其中的一些体验，这使他们感到不安或者困惑。

咨询和热线所能提供的帮助包括让受虐待者学会不再为所发生的一切自责。学会让虐待者为他们的行为承担责任也许得花费很长的时间,因为自责的时期往往会拖得很长。摆脱这种自责也许会是一个困难的过程,但不是不能做到的,特别是在有帮助的情况下。这种帮助还包括让你有机会获得另一种体验,这种体验是你在面对施虐者时所得不到的。虐待你的人会因为你说出受虐待的真相而惩罚你,而咨询热线会鼓励你详细地回忆所发生的一切。虐待你的人会劝你为所发生的事自责,而咨询热线会支持你建立这样的感受:作为孩子,你不应该为那些成年人的行为承担责任。虐待你的人会对你提出不合理的要求,或者希望你扮演父母的角色,而咨询热线会支持你拥有自己的感受以及扮演与你的年龄相称的角色。最可能发生的一种情况是,一个人还没有从这种种感受的阴影中走出来,就发现自己又碰上了相似的境遇。他们对周围世界的早期感受,即他们得做好受虐待的准备,他们不能相信任何人的信念,继续得到了加强。有时候这是因为虐待的环境让他们觉得很"自然",因为受虐待的人已经学会了对保护自己产生负罪感。有时候受虐待的人在面对根本不存在虐待的环境时却会有受到虐待或威胁的感觉。同样地,如果

你受过虐待，而且还没有从那些体验中走出来，就可能在面对一些唾手可得的美好体验时不敢去把握。

值得高兴的是，如果你真的能从原有的感受和体验中走出来的话，你将能够形成新的感受方式和生活方式。如果你能在受虐待期间尽早地迈出积极的一步——指认虐待者并终止虐待，那么这种可能性就更大了。

说出真相

说出真相时首先要记住：选择一个你认为最可能支持你终止虐待的成年人，然后告诉他所发生的一切。如果你从他那里得不到你所需要的帮助，就请告诉另一个人，这样不停地做下去，直到最终有人采取行动终止虐待为止。

最终决定不再对虐待保持沉默是一件令人担惊受怕的事情。你会觉得，把真相告诉别人是你惟一能做的事。但如果那个人的反应是责怪你，训斥你，或者不相信你，那种失望将会是令人窒息的。

但是千万别放弃。既然你已经踏上了求助之路，就坚持走下去。如果一些成年人无法给你提供太多帮助，那就接受这一现实，继续求助，直到你获得帮

助。求助时遇到的阻力看起来很大,但是你获得的回报将更大。

说出真相所导致的结果也许很让人烦恼,然而不说出真相的结果更糟。不说出真相意味着虐待将会继续。而不管出现什么样的结果,你都有权不受虐待。生活在一个安全的环境里是你的权利,你的身体和精神上的健康以及身体和精神上的幸福应该得到保护。你有权希望你的看护人是可靠并尊重你的。

即使虐待已经终止了,把真相告诉别人仍然很重要。虐待最令人痛苦的影响之一就是那种藏有秘密的感觉,尤其是一个令人羞辱的秘密。通过说出受虐待的真相,你将能够获得一个全新的认识,那就是你不应该为所发生的虐待承担责任。

情感虐待

这里要特别讲讲终止情感虐待的事情。终止身体虐待和性虐待可以通过指认和举证。但是,终止情感虐待很难举证。不过,青少年仍然可以通过获得帮助以应对这种虐待,并采取一些积极的措施以保护自己不受它的影响。

受到情感虐待的青少年对自己最大的帮助莫过于向其他成年人求助。会有一些成年人相信你是一

个有价值的人并把这种信息反馈给你。找到这些成年人也许颇费周折，但绝对有用。老师、亲戚或者朋友的父母都可能提供这种帮助。

顺着这条线，你也许还想寻求咨询热线服务，这也是一个不错的渠道。

当然，还有一些立足于自身的应对方法。你可以利用自身的想像力来帮助你克服情感虐待所带来的不良影响。人的头脑潜力巨大，正是基于这种认识，我们提出了下面的建议。实践已经证明，这些建议能够帮助运动员和音乐家提高水平，也有助于治疗头痛、心脏病、高血压以及其他重大疾病。它们也能在应对情感虐待时派上用场。

有一种应对方法是，想像自己有一个精神盾牌，当情感虐待发生时，把它放置在“头脑四周”。要使这个盾牌形象化——想像出它的材料、形状、颜色，并想像着这个盾牌能够帮助你抵御如乱箭般向你射来的辱骂和训斥。想像着把这个盾牌安装到位，这样你就可以在虐待的环境中利用它来保护你自己了。

当然，这种“情感的盾牌”并不能终止虐待。但是它的确有助于减弱虐待的影响，使它们不至于穿透你最后的屏障，不至于伤害到你的自尊心。

另一种应对方法就是进行自我肯定。自我肯定

就是用简短而肯定的话语表达一种对自我的积极评价，比如“我是一个有价值的人”或者“珍惜我并爱我是值得的”。有些人养成了每天早晨和晚上写下自我肯定的话语的习惯。有些人喜欢把自我肯定的话语贴在镜子上或者床边等地方，这样就能够每天或者一天好几次地看到了。还有些人喜欢把它们牢记在心里，遇到困境时就说出来激励自己。

我们建议你自编一些自我肯定的话语，并使它们对你有所裨益。不过有一点请注意：请用肯定句编写它们。“我是一个有价值的人”这句话要比那一句“我并不坏”管用得多。

情感虐待所带来的最令人痛苦的影响之一，就是有时候批评的声音似乎来自于你的头脑内部。当你出错时，你的头脑里似乎充斥着叫喊声：“你真没用”，“你又出错了，笨蛋”，这时你该如何应对呢？

我们建议你学会认清这些不实之言。这样你不仅不会被它们吓倒，还能对它们进行反击。反击的方式之一就是定下神来对自己说：“这是别人的想法，但不是真的。我不蠢，也并非一无是处；我是有用的，我是一个有价值的人。”

另一种方式就是提醒自己，这些批评的声音仅仅来自于你身体的一半——你的“批评者”。你身体的

另一半，也就是你的“支持者”并不相信那些批评的声音。试着增强你身体的另一半的力量，这样，当批评的声音再次响起时，你就能听见你的支持者的声音了。你的支持者将提醒你记住自己的优点。有时候不妨真的想像有一个“批评者”和一个“支持者”。试着想像一下批评者的样子，然后也想像一下你的支持者。这种想像的目的在于帮助你与情感虐待保持一段距离，而不是把它当作惟一的现实。

当然，如果你确实犯错误了，你就应该承认错误。但犯错误仅仅是你做的一件事。如果你把它与你是什么样的人混为一谈，问题就出现了。比如，不能仅仅因为你买错了果汁，就认为你是一个可恶的人，一个失败者，或者一个“什么事也做不好”的人。

设想其他可能性

在这本书里，我们谈到了各种各样美国受虐待的中学生，我们也看到了虐待对他们的影响。后来他们中的一些人怎么样了呢？

热纳瓦最终把父亲对自己的殴打告诉了一个朋友。这个朋友建议她对学校的辅导员说出真相。辅导员又向社会服务体系举报了热纳瓦的父亲。很快，

法院裁定热纳瓦的父亲从家中搬出去。热纳瓦的母亲有些不安,但对虐待的终止也感到了宽慰。法院裁定热纳瓦的父亲在返家之前必须接受质询,并征得热纳瓦的同意。热纳瓦想念自己的父亲,但也为不再面临可怕的虐待而感到极大的宽慰,而且开始有了更多的自信。

16 岁的卢觉得自己能再撑两年。然而有一天他的母亲用弹簧绳抽打他的妹妹,而且几乎要把她的眼睛打坏了。在急诊室里,护士问起了原因。不知不觉中,卢说出了实情。一个社会工作者介入了调查,并决定把孩子们安置在一个看护家庭。卢虽然想念自己的母亲,但他意识到他这么做也许挽救了妹妹的生命安全。他为自己的母亲感到难过,但也为自己最终保护了家人和自己而感到高兴。

玛丽亚的一个老师开始询问玛丽亚的家庭生活。开始,玛丽亚不想说出母亲的秘密。但当老师劝她参加一个互助小组,以帮助她治疗嗜食症时,玛丽亚答应去试试。一天晚上,她很自然地说出了自己的处境。在全体组员的帮助下,玛丽亚认识到自己有权做一个青少年该做的事——她不必承担成年人的责任。

互助小组的组长进行了举报，于是玛丽亚和她的弟弟妹妹们被安置在了一个亲戚家里。玛丽亚为自己的母亲感到难过，但她也为自己不用再为全家人的生计操心而感到莫大的宽慰。终于有其他人可以承担那些责任了。玛丽亚继续感受着来自互助小组其他组员的亲情。在许多方面，他们感觉就像“一家人”，她随时可以从那里得到所需的帮助。偶尔当事情不顺利时，玛丽亚仍会有以前那种无助和“失败者”的感觉。不过她知道，这些感觉源自她过去的经历，它们并不能代表全部事实，它们终将消逝。

现在杰里已经年满 18 岁了，他知道自己可以合法地离开家了。特别是在他失去头几份工作之后，他很难过。接着杰里看到了一个社区计划，根据计划，一群年轻人将离开家住到社区，做志愿者工作。这个计划不失为一个好办法，因为在离开家的同时又可以不必为学业或就业问题操心。杰里信任的一个成年人帮助他签字加入了这个计划，并鼓励他坚持下去。现在杰里对新的朋友和新的体验很满意。尽管对许多事情仍有些缩手缩脚，但现在的他对独立生存充满了自信。

一天晚上，自杀的念头让埃琳娜惊恐不安，于是她打了一个热线电话。她和热线另一端的人交谈了很长时间，发觉说出自己的处境真的让自己感觉好多了。那位热线志愿者劝她去找心理分析师谈谈，于是第二天埃琳娜拨通了当地精神健康中心的电话，联系上了一个愿意帮助青少年的心理分析师。虽然现在家里的实际情况并没有好多少，但埃琳娜的自我感觉好多了。她有了一些朋友，能向他们说出自己的真实情况。她还加入了当地的一个青少年戏剧小组，得到了成年指导者的鼓励和支持。母亲的转身离开仍会使埃琳娜感到刺痛，在父亲缺席她的演出的那个晚上，她哭了很长时间，但现在她的生活中除了伤痛以外还可以找到别的东西——这是一个新的开始。

直到塞思离开家后好几年，情况才有所改观。在塞思念大学三年级时，他遇上了一个让他真心喜欢的女学生。他和她开始了恋爱关系。有一段时间他们相处得不错。然而没过多久老问题就又出现了：这个女孩对塞思说，他对人要求太苛刻，很难让人接近。塞思真的不想失去这个女孩，他慌神了。他去找了学校的辅导员，跟他说起了这个女孩。辅导员建议他向女孩做出接受治疗的承诺。塞思没能挽回这个让他

很投入的关系,但他觉得他终于明白了他之所以屡遭不顺的原因,明白了如何才能有所改观。他开始对生活有了更为乐观的态度,他感觉到他与朋友以及所喜欢的女孩的关系更为融洽了。

对于苏济来说,她遭遇了黎明前的一段黑暗。在大学毕业前,她经历了一个糟糕的恋爱,在这个过程中她对性的开放程度超过了她的初衷。接着当她真的爱上一个男孩时,却被他抛弃了。苏济变得情绪低落起来,学习成绩也开始下滑。她的父母对女儿的这些变化深感不安。他们来到苏济的学校寻求帮助。幸运的是,学校建议他们全家人接受心理咨询服务。在接受咨询服务的过程中,苏济早期受过性虐待的经历被揭示了出来,同时被揭示的还有一直以来苏济对家人的其他感受。苏济的父母不得不面对这样一个事实,那就是碰到严重的问题时,苏济不敢向他们求助。而最终能够面对一段痛苦的经历也让苏济得到了解脱。现在苏济与家人彼此间更为亲密了,也更能真诚相对了。苏济觉得自己终于有了一个新的认识,那就是她与看护人之间所发生的一切并不是她的错。

卡琳觉得自己快要崩溃了,要想保持一切正常的

假象越来越困难了。一天卡琳看了一部电视剧，是关于一个受到了叔父性虐待的女孩的。卡琳意识到自己也可以说出自己的秘密。她决定告诉自己的祖母。祖母不愿相信这件事是真的。她告诉卡琳，只要卡琳行为检点，她的继父自然就规矩了。卡琳意识到她得把真相告诉其他人。大约一周之后，她找到了一个老师，尽管对她来说这么做很难。她欲言又止，经过多次反复后才彻底说出了真相。老师马上向社会服务体系进行了举报。社会服务体系获得法院的裁定，让卡琳的继父从家中搬了出去。卡琳的母亲对卡琳非常恼火，但性虐待关系的终止使卡琳有了一种全新的如释重负的感觉。逐渐地，她和母亲开始交谈这些事。卡琳也开始认识到，所发生的一切并不是她的错。

马克的经历与塞思有很多相似之处。不过到目前为止，他还没有太大的变化。但至少他已经开始寻求咨询服务，设法使现在和朋友的关系维持了比以往任何其他关系都长的时间；他对事情最终的结果也持乐观的态度。

正如你所看到的那样，说到解除虐待，你不能保证其结局必定很完美——但是情况肯定能越变越好。

采取措施终止虐待绝非易事，但它能成为你人生新的起点。